

Jadłospis Tydzień I

📅 08.12.2025 poniedziałek

Filet z kurczaka w sosie śmietanowo-marchewkowym

Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, marchew, śmietana 18% (z mleka), olej rzepakowy, bułka tarta (pszenica)

Ryż biały, gotowany

Zupa ziemniaczana

Składniki: woda, ziemniaki, śmietana 18% (z mleka), marchew, kurczak, tuszka, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, natka pietruszki, por, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Kompot wieloowocowy

Składniki: woda, jabłko, śliwki bez pestek, mrożone, truskawki, mrożone, wiśnie bez pestek, mrożone, cukier

📅 09.12.2025 wtorek

Kotlet wieprzowy mielony

Składniki: wieprzowina łopatką, bułka tarta (pszenica), olej rzepakowy, jaja kurze całe, cebula, mąka pszenna, typ 450, bułki pszenne zwykłe

Ziemniaki gotowane

Składniki: ziemniaki, sól biała

Surówka z czerwonej kapusty z jogurtem

Składniki: kapusta czerwona, jogurt grecki (z mleka), cebula

Zupa pomidorowa z makaronem

Składniki: woda, passata pomidorowa, marchew, makaron pszenny bezjajeczny, śmietana 12% (z mleka), skrzydło indyka, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, por, koncentrat pomidorowy, 30%, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

📅 10.12.2025 środa

Gulasz wieprzowo - warzywny

Składniki: wieprzowina łopatką, włoszczyzna krojona w paski, mrożona (seler), woda, cebula, mąka pszenna, typ 450, olej rzepakowy, czosnek, liść laurowy, ziele angielskie, sól biała, pieprz, papryka słodka

Kasza kuskus perlowa gotowana

Sałatka szwedzka

Składniki: ogórek kiszony, papryka czerwona, cebula, olej rzepakowy

Zupa paprykowa

Składniki: woda, papryka czerwona, pomidor, marchew, ziemniaki, pietruszka, korzeń, mięso z ud kurczaka, bez skóry, seler korzeniowy, por, cebula, czosnek, olej rzepakowy, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, papryka słodka

Herbata owoce lasu

📅 11.12.2025 czwartek

Filet z morszczuka panierowany

Składniki: morszczuk świeży, jaja kurze całe, olej rzepakowy, bułka tarta (pszenica), mąka pszenna, typ 450, sól biała, pieprz

Puree ziemniaczane

Składniki: ziemniaki, masło ekstra (z mleka), mleko krowie, 3,2% tłuszczu, sól biała

Surówka z białej kapusty z koperkiem

Składniki: kapusta biała, koperek, olej rzepakowy, musztarda (gorczyca), cukier, sól biała, pieprz

Barszcz z warzywami

Składniki: woda, ziemniaki, późne, burak, marchew, kapusta biała, fasolka szparagowa, mrożona, śmietana 18% (z mleka), pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, por, kurczak, tuszka, koncentrat barszczu czerwonego (seler), natka pietruszki, sól biała, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

📅 12.12.2025 piątek

Makaron ze śmietaną i truskawkami

Składniki: makaron pszenny dwujajeczny, gotowany, truskawki, mrożone, śmietana 18% (z mleka), jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu (z mleka), cukier

Zupa pieczarkowa z ziemniakami

Składniki: woda, ziemniaki, pieczarki świeże, marchew, śmietana 18% (z mleka), pietruszka, korzeń, por, seler korzeniowy, udo z kurczaka, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Nektar brzoskwiniowy

Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez **podkreślenie**.