

JADŁOSPIS OD 14.11.2022 DO 18.11.2022

Data	Nazwa potrawy	Składniki	ALERGENY	Gramatura	Kcal
14.11.2022 PONIEDZIAŁEK	Makaron Spaghetti Bolognese Kompot	Makaron z mąki semolina durum, Szynka wieprzowa b/k pieczeniowa pomidory Passata pomidorowa Śmietana 30% ser mozzarella bazylia przyprawy Jabłka , truskawka, miód	Gluten ----- ----- laktoza laktoza ----- ----- jabłka, truskawka	300g 200ml	502
15.11.2022 WTOREK	Kotlet z fileta kurczaka mielony ziemniaki pure Marchewka z groszkiem na ciepło kompot	Filet z piersi kurczaka, jajko, bułka tarta , Olej, Ziemniaki, Marchew , groszek masło , śmietana Woda, porzeczka, truskawka, wiśnia jabłka, miód	----- jajko gluten ----- ----- ----- laktoza jabłko -----	110g 180 g 150 g 200 ml	525
16.11.2022 ŚRODA	Ryż zapiekany z jabłkiem + sos jogurtowo-cynamonowy Kompot	Ryż jabłka, cukier, jogurt naturalny, masło, jajka , cynamon Jabłka , truskawka, miód	Gluten jabłka ----- laktoza laktoza jajka ----- jabłka, truskawka	350g 200ml	510
17.11.2022 CZWARTEK	Gulasz z szynki wieprzowej , kasza jęczmienna, Surówka z buraczków i jabłka kompot	Szynka b/k, Olej, Cebula, śmietana, Kasza jęczmienna, buraczki, jabłko, Olej rzepakowy, przyprawy Woda, porzeczka, malina miód	----- ----- laktoza gluten ----- jabłka ----- -----	180 g 180g 180g 200ml	550
18.11.2022 PIĄTEK	Filet z dorsza certyfikowany ziemniaczki pieczone surówka z kapusty pekińskiej Kompot	Filet z dorsza w chrupiącej panierce Ziemniaki, Olej, przyprawy kapusta pekińska marchewka przyprawy , Truskawka, śliwka , miód	Gluten, jajka, laktoza ----- ----- ----- ----- ----- ----- truskawka	110g 170g 160g 200ml	520

Do potraw używamy przypraw:

Sól, pieprz czarny, pieprz ziołowy, papryka słodka mielona, curry, tymianek, bazylia, ziele angielskie, liść laurowy, kwasek cytrynowy, ocet jabłkowy

Vegeta natur (produkt bez glutaminianu sodu, suszone warzywa, sól morską)

Filety z mintaja certyfikowane-przeznaczone dla dzieci firmy Frosta

JADŁOSPIS OD 21.11.2022 DO 25.11.2022

Data	Nazwa potrawy	Składniki	ALERGENY	Gramatura	Kcal
21.11.2022 PONIEDZIAŁEK	Naleśniki z twarogiem waniliowym + Sos truskawkowy Kompot	Twaróg, Serek waniliowy , Olej, jajka, mąka pszenna, budyń waniliowy , cukier waniliowy, Truskawka cukier, jogurt naturalny Jabłka , wiśnia, śliwka, miód	Laktoza laktoza ----- jajka gluten gluten ----- truskawka ----- laktoza jabłka, truskawka	300g 120 ml 200ml	545
22.11.2022 WTOREK	Kotlet pożarski ziemniaki pure Buraczki z jabłkiem kompot	Filet z piersi kurczaka, jajko, bułka pszenna , bułka tarta , Olej, Ziemniaki, buraki jabłka przyprawy Woda, porzeczka, truskawka, wiśnia jabłka, miód	----- jajko gluten ----- ----- ----- jabłka ----- jabłko -----	110g 180 g 180 g 200 ml	521
23.11.2022 ŚRODA	Bigos + bułka Kompot	Kapusta kiszona kapusta biała kielbaska drobiowa bezglutenowa, Szynka wp b/k Cebula Olej ,przyprawy Passata pomidorowa Bułka pszenna Truskawka, porzeczka, śliwka, miód	----- ----- ----- ----- ----- ----- ----- ----- gluten truskawka	300g 1 sztuka 200ml	498
24.11.2022 CZWARTEK	Podudzie z kurczaka pieczone, Ziemniaki Surówka z buraczków i jabłka Kompot	Podudzie z kurczaka przyprawy Ziemniaki, olej Buraczki, jabłka , Olej woda, jabłka, cukier	----- ----- ----- ----- ----- ----- ----- jabłka	110g 180g 160g 200ml	523
25.11.2022 PIĄTEK	Knedle z sosem truskawkowym Kompot	Ziemniaki, Mąka pszenna, mąka ziemniaczana, jajka, masło, Truskawki , cukier jagody jogurt naturalny Jabłka, porzeczka, miód	----- gluten ----- jajka laktoza truskawka ----- laktoza jabłka	300g 120ml 200 ml	516

Do potraw używamy przypraw:

Sól, pieprz czarny, pieprz ziołowy, papryka słodka mielona, curry, tymianek, bazylia, ziele angielskie, liść laurowy, kwasek cytrynowy, ocet jabłkowy

Vegeta natur (produkt bez glutamianu sodu, suszone warzywa, sól morska)

Filety z mintaja certyfikowane-przeznaczone dla dzieci firmy Frosta