

JADŁOSPIS

04.11.2024r. – 29.11.2024r.

Poniedziałek 04.11.2024 r.

Zupa kapuśniak z ziemniakami

(mięso wieprzowe, kapusta kiszona, marchewka, pietruszka, por, **seler**, koperek, ziemniaki),

Racuchy z bitą śmietaną i musem brzoskwiniowym

(mąka pszenna, jajka, mleko, drożdże, brzoskwinie),

Kompot wieloowocowy

(agrest, truskawka, wiśnia, porzeczka, śliwka, cukier)

kcal 768 g 700

Wtorek 05.11.2024 r.

Zupa kalafiorowa z ryżem

(wywar drobiowo-wieprzowy, ryż, kalafior marchewka, pietruszka, **seler**, por, cebula, natka pietruszki, **śmietana**)

Ziemniaki z koperkiem (mleko),

kotlet po szwajcarsku (schab, ser żółty, masło, jajko, bułka tarta, mąka pszenna),

surówka z czerwonej kapusty ze śmietaną

(czerwona kapusta, jabłko, marchewka, cebula, **śmietana**),

Kompot wieloowocowy (agrest, truskawka, wiśnia, porzeczka, śliwka, cukier)

kcal 822 g 750

Środa 06.11.2024 r.

Zupa z soczewicy czerwonej z groszkiem ptysiowym

(wywar drobiowy, soczewica czerwona, marchewka, pietruszka, **seler**, por, natka pietruszki, **mąka pszenna**, jajka, **śmietana**),

Leczo z ryżem (papryka, pieczarki, pomidory, filet z indyka, cukinia),

Marchewka do chrupania,

Kompot wieloowocowy

(agrest, truskawka, wiśnia, porzeczka, śliwka, cukier)

kcal 783 g 720

Czwartek 07.11.2024 r.

Rosół z makaronem

(wywar drobiowo-wołowy, koperek, marchewka, pietruszka, cebula, por, **seler**, natka pietruszki, kapusta włoska, **mąka pszenna**, jajka),

ziemniaki z koperkiem (mleko),

potrawka z kurczaka (mięso z kurczaka, **śmietana**),

Surówka z kiszonej kapusty, marchewki, jabłka, cebuli i oliwy,

Kompot wieloowocowy (agrest, truskawka, wiśnia, porzeczka, śliwka, cukier)

kcal 812 g 750

Piątek 08.11.2024 r.

Zupa pomidorowa z kaszą jaglaną niezabielana

(wywar drobiowo-wieprzowy, koperek, kasza jaglana, kapusta włoska, marchewka, pietruszka, **seler**, por, cebula, **śmietana**),

Ziemniaki ze szczypiorkiem (mleko),

Łosoś zapiekany ze szpinakiem, fetą i suszonymi pomidorami,

Fasolka szparagowa gotowana na parze z masłem,

Kompot wieloowocowy (agrest, truskawka, wiśnia, porzeczka, śliwka, cukier)

kcal 842 g 780

Poniedziałek 11.11.2024 r.

Narodowe Święto Niepodległości

Wtorek 12.11.2024 r.

Barszcz biały z ziemniakami

(mięso wieprzowe, marchewka, pietruszka, **seler**, por, kapusta włoska, **mąka pszenna**),

Kasza kuskus z koperkiem,

Filet z indyka w sosie pomidorowym (**śmietana**, koncentrat pomidorowy),

Surówka z selerów(seler korzeniowy i naciowy, **jogurt**, cytryna, rodzynki),

Kompot wielowocowy

(agrest, truskawka, wiśnia, porzeczka, śliwka, cukier)

kcal 786 g 750

Środa 13.11.2024 r.

Zupa krem z pora z makaronem

(wywar wieprzowo - drobiowy, **śmietana**, marchew, pietruszka, **seler**, por, natka pietruszki, kapusta włoska, **mąka pszenna**, jajka),

Ziemniaki z koperkiem (mleko),

Sznycelek drobiowy z pieczarkami, serem i czerwoną papryką

(filet drobiowy, **jajka**, **bułka pszenna**, **bułka tarta**, pieczarki, papryka, żółty **ser**,),

Buraczki na ciepło (buraczki, jabłko),

Kompot wielowocowy

(agrest, truskawka, wiśnia, porzeczka, śliwka, cukier)

kcal 778 g 770

Czwartek 14.11.2024 r.

Zupa ryż na rosole wieprzowym

(wywar drobiowo-wieprzowe, marchewka, pietruszka, por, cebula, **seler**, natka pietruszki, kapusta włoska, ryż),

Bigos z chlebem (mięso wieprzowe, kapusta biała i kiszona, koncentrat pomidorowy, **mąka pszenna**),

Kompot wielowocowy

(agrest, truskawka, wiśnia, porzeczka, śliwka, cukier)

kcal 712 g 700

Piątek 15.11.2024 r.

Zupa pieczarkowa z zacierką

(wywar drobiowo-wieprzowa, **śmietana**, natka pietruszki, pieczarki, marchew, pietruszka, **seler**, por, **mąka pszenna**, **jajka**, **śmietana**, kapusta włoska),

Ziemniaki ze szczypiorkiem (mleko),

Sznyceł rybny,

(ryba miruna, **jajka**, **bułka tarta**, **mąka pszenna**),

Salatka szwedzka (ogórek konserwowy, cebula, natka pietruszki),

Kompot wielowocowy

(agrest, truskawka, wiśnia, porzeczka, śliwka, cukier)

kcal 805 g 770

Poniedziałek 18.11.2024 r.

Zupa jarzynowa z ryżem

(wywar wieprzowo-drobiowy, cebula, ryż, kalafior, kalarepa, fasolka szparagowa, groszek zielony, brukselka, śmietana, ziemniak, marchewka, por, seler, pietruszka,)

Pierogi z kapustą omaszczone skwarkami,

(mąka pszenna, jajka, kapusta biała, boczek, słonina),

Tarta marchew z jabłkiem, brzoskwinia i żurawiną,

Kompot wielowocowy

(agrest, truskawka, wiśnia, porzeczka, śliwka, cukier)

kcal 759 g 730

Wtorek 19.11.2024 r.

Zupa grysikowa

(wywar drobiowy – wołowy, marchewka, pietruszka, por, cebula, seler, natka pietruszki, kapusta włoska, kasza manna),

Ziemniaki z koperkiem (mleko),

Udko pieczone,

Surówka Frazes (kapusta pekińska, marchewka, jabłko, kukurydza, olej rzepakowy, jajko),

Kompot wielowocowy

(agrest, truskawka, wiśnia, porzeczka, śliwka, cukier)

kcal 852 g 750

Środa 20.11.2024 r.

Zupa krupnik zabielały z ziemniakami

(wywar wieprzowy, śmietana, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, por, natka pietruszki, kapusta włoska),

Makaron z sosem drobiowo szpinakowo-serowym,

(filet z indyka, cebula, czosnek, szpinak, serek topiony, śmietana, mąka pszenna, jajka),

Ogórek kiszony,

Kompot wielowocowy

(agrest, truskawka, wiśnia, porzeczka, śliwka, cukier)

kcal 774 g 730

Czwartek 21.11.2024 r.

Zupa krem z dyni z groszkiem ptysiowym i prażonymi pestkami z dyni

(wywar drobiowy, marchewka, pietruszka, seler, por, ziemniaki, dynia, koncentrat pomidorowy, czosnek, mąka pszenna, jajka),

Ziemniaki ze koperkiem (mleko),

sztuka mięsa w sosie chrzanowym (mięso wieprzowe, cebula, czosnek, chrzan tarty, śmietana, mąka pszenna),

zielona sałata z pomidorem, ogórkiem, oliwkami i mozzarellą,

Kompot wielowocowy

(agrest, truskawka, wiśnia, porzeczka, śliwka, cukier)

kcal 812 g 770

Piątek 22.11.2024 r.

Barszcz czerwony z jajkiem

(burak czerwony, marchew, pietruszka, por, seler, cebula, czosnek, jajko),

Ziemniaki ze szczypiorkiem (mleko),

Paluszki rybne (ryba, jajka, bułka tarta),

Surówka z kapusty włoskiej (kapusta włoska, marchew, jabłko, cebula, cytryna, oliwa z oliwek),

Kompot wielowocowy

(agrest, truskawka, wiśnia, porzeczka, śliwka, cukier)

kcal 771 g 750

Poniedziałek 25.11.2024 r.

Zupa ziemniaczana zimowa

(wywar wieprzowy , cebula, **śmietana**, ziemniak, marchewka, por, **seler**, pietruszka, kapusta włoska),

Spaghetti Bolognese,

(mąka pszenna, jajka, **żółty ser**, pomidory, bazylia, kukurydza, mięso wieprzowe),

marchewka,

Kompot wielowocowy

(agrest, truskawka, wiśnia, porzeczka, śliwka, cukier)

kcal 759 g 720

Wtorek 26.11.2024 r.

Zupa ogórkowa z ryżem

(wywar drobiowo – wieprzowy, marchewka, pietruszka, por, cebula, **seler**, natka pietruszki, ogórki kiszzone, **śmietana**),

Ziemniaki ze szczypiorkiem (mleko),

nuggetsy (mięso drobiowe, mąka pszenna, jajko, bułka tarta),

Surówka z czerwonej kapusty (czerwona kapusta, jabłko, cebula, cytryna, oliwa),

Kompot wielowocowy

(agrest, truskawka, wiśnia, porzeczka, śliwka, cukier)

kcal 782 g 750

Środa 27.11.2024 r.

Zupa fasolowa z ziemniakami

(wywar wieprzowy, **śmietana**, fasola, ziemniaki, marchew, pietruszka, **seler**, por, natka pietruszki, kapusta włoska),

Naleśniki z białym serem, musem wiśniowym i bitą śmietaną, posypane czekoladą

(mąka pszenna, jajka, mleko, ser biały, jogurt, wiśnie, czekolada),

Kompot wielowocowy

(agrest, truskawka, wiśnia, porzeczka, śliwka, cukier)

kcal 756 g 700

Czwartek 28.11.2024 r.

Zupa z białych warzyw z ryżem

(wywar drobiowy, pietruszka, **seler**, por, ziemniaki, kalafior, kalarepa, ryż, **śmietana**),

Kluski śląskie (mąka pszenna, mąka ziemniaczana, ziemniaki, jajka), ,

Schab w sosie (schab, cebula, czosnek, **śmietana**),

Tarte buraczki z chrzanem (buraki czerwone, chrzan tarty, cytryna),

Kompot wielowocowy

(agrest, truskawka, wiśnia, porzeczka, śliwka, cukier)

kcal 812 g 770

Piątek 29.11.2024 r.

Zupa koperkowa z makaronem (wywar drobiowy, koper, marchewka, pietruszka, por, **seler**, kapusta włoska, **śmietana**),

Ziemniaki ze szczypiorkiem (mleko),

Ryba panierowana (filet z miruny, jajko, mąka pszenna, bułka tarta),

Salata zielona z jajkiem i śmietaną,

Kompot wielowocowy

(agrest, truskawka, wiśnia, porzeczka, śliwka, cukier)

kcal 768 g 750

Jadłospis może ulegać modyfikacjom. Potrawy pieczone są w piecu konwekcyjno-parowym. Pogrubiona czcionka oznacza alergię na dany produkt. W jadłospisie wyróżniono produkty powodujące alergię. Alergeny zgodnie z rozporządzeniem UE nr 1169/2011 z dnia 25.10.2011 r.