

Jadłospis 20-24.11.2023

### PONIEDZIAŁEK:

#### **Obiad:**

Zupa jarzynowa z mięskiem i ziemniakami

#### **Składniki:**

Woda, kalafior, brokuły, udziec z kurczaka, fasolka szparagowa, marchew, pietruszka, seler, por ziemniaki, śmietana (zawiera mleko), natka pietruszki, majeranek, lubczyk, sól, pieprz

Ryż z jabłkami i cynamonem

Polewą waniliową

Kompot

#### **Składniki:**

Ryż biały, jabłka, cynamon, cukier

Polewa: jogurt naturalny (zawiera mleko), cukier waniliowy, cukier

Kompot: woda, jabłko, rabarbar, porzeczka, aronia, cukier

### WTOREK:

#### **Obiad:**

Krem brokułowy z groszkiem ptysiowym

#### **Składniki:**

Woda, brokuły, śmietana (zawiera mleko), marchewka, pietruszka korzeń, seler, por, mąka pszenna (zawiera gluten), natka pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, lubczyk, sól, pieprz

Groszek: mąka pszenna, jaja, margaryna (olej rzepakowy, woda, sól, regulator kwasowości: kwas cytrynowy), woda, sól.

Racuszek drobiowy z pieczarkami  
Ziemniaki  
Surówka meksykańska  
Kompot

**Składniki:**

Udziec z kurczaka, pieczarki, mąka pszenna (zawiera **gluten**), **jaja**, czosnek, olej, papryka

Ziemniaki, **mleko**, sól

Kapusta biała, marchew, kukurydza, fasola, majonez (zawiera **jaja**), sól, pieprz

Kompot: woda, porzeczka czarna, truskawka, cukier

**ŚRODA:**

**Obiad:**

Barszcz ukraiński z ziemniakami

**Składniki:**

woda, buraki, ziemniaki, pomidor, kapusta, fasolka szparagowa, cebula, śmietana (zawiera **mleko**), marchew, pietruszka korzeń, koperek, **seler**, lubczyk, koperek, majeranek, sól, pieprz czarny

Łazanki z mięsem i kapustą  
Kompot

**Składniki:**

Mięso wieprzowe, makaron (zawiera **gluten**), cebula, kiszona kapusta, lubczyk, czosnek, cebula, oregano, bazylija, olej

Kompot: woda, jabłko, porzeczka, cukier

## CZWARTEK:

### **Obiad:**

Zupa ogórkowa z ziemniakami

#### **Składniki:**

Woda, ogórki kiszane, ziemniaki, śmietana (zawiera **mleko**), marchewka, pietruszka korzeń, **seler**, por, koper, majeranek, lubczyk, sól, pieprz

Indyk z marchewką i groszkiem

Kasza bulgur (zawiera **gluten**)

Kompot

#### **Składniki:**

Indyk, groszek, marchew, mąka pszenna (zawiera **gluten**), lubczyk, czosnek, cebula, oregano, bazylia, olej

Kompot: woda, porzeczka, jabłko, cukier

## PIĄTEK:

### **Obiad:**

Zupa koperkowa z ryżem

#### **Składniki:**

Woda, koperek, ryż biały, śmietana (zawiera **mleko**), **seler**, por, natka pietruszki, majeranek, lubczyk, sól, pieprz

Ryba panierowana

Ziemniaki

Surówka z kiszonej kapusty

Kompot

**Składniki:**

Ryba-miruna, bułka tarta (zawiera gluten), jaja, olej, pieprz, sól

Ziemniaki, mleko, sól

Kapusta kiszona, marchew, jabłko, olej, sól, pieprz

Kompot: woda, porzeczka czarna, wiśnie, cukier