**JADŁOSPIS KWIECIEŃ2023**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **TYDZIEŃ I** | **POSIŁEK** | **G** | | **Substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji** |
| poniedziałek | 03.04. | **- zupa krupnik:**  - włoszczyzna  - porcje rosołowe  - kasza jęczmienna  - koper  - śmietana 18%  - ziemniaki  - bułka grahamka  - masło  - ser żółty | 75  50  5  10  50 | | - seler, mleko   * gluten * mleko * mleko |
| wtorek | 04.04. | **- ryba panierowana w cieście naleśnikowym:**  - ziemniaki  - surówka z ogórka  - woda | 80  210  120  200ml | | -ryba, luten, jaja |
| środa | 05.04. | - **biały barszcz z białą kiełbasą;**  - porcje rosołowe  - jaja  - ziemniaki  - włoszczyzna  - czosnek  - śmietana 12%  - chrzan  - musztarda  - pieczywo mieszane  - jabłka | 50  50  75  15  4  2  30 | | -seler, gluten, gorczyca, mleko |
| czwartek | 06.04. | - **gołąbki z mięsem i ryżem:**  - sos pomidorowy  - pieczywo mieszane  - woda | 185  200ml | |  |
| piątek | 07.04. | **- kotlet pożarski**  - ziemniaki  - buraczki  - woda | 210  85  200ml | | -gluten, jaja |
|  | **TYDZIEŃ II** | **POSIŁEK** |  | |  |
| wtorek | 11.04. | **- zupa fasolowa:**  - fasola  - porcje rosołowe  - włoszczyzna  - ziemniaki  - pieczywo mieszane | 15  50  75  30 | | - seler, gluten, fasola  -gluten |
| środa | 12.04. | - **zupa pomidorowa z ryżem:**  - porcje rosołowe  - włoszczyzna  - konc. pomidorowy  - śmietana 18%  - ryż  - pieczywo mieszane  - jabłka | 50  100  10  20  20  30 | | - seler, gluten, mleko |
| czwartek | 13.04. | - **udko z kurczaka**  - ziemniaki  - marchew mini  - sok jabłkowy | 120  210  80  1szt. | |  |
| piątek | 14.04. | **- filety rybne panierowane:**  - ziemniaki  - surówka z kapusty kwaszonej  - woda  - banan | *80*  *210*  *120*  *200ml* | | *- gluten, ryba* |
|  | **TYDZIEŃIII** | **POSIŁEK** |  | |  |
| poniedziałek | 17.04. | **- zupa ogórkowa:**  - porcje rosołowe  - włoszczyzna  - ziemniaki  - ogórek kwaszony  - śmietana 18%  - bułka  - masło  - ser żółty | 50  75  50  20  15 | | - gluten, seler, mleko  -gluten  -mleko  -mleko |
| wtorek | 18.04. | - **antrykot**  pierś z kurczaka  jaja  bułka tarta  - ziemniaki  - surówka z czerwonej kapusty  - sok kubuś | 120  3  5  210  85  200ml | | - gluten, jaja |
| środa | 19.04. | **- pierogi ukraińskie**  - surówka z kapusty , pomidora, ogórka z chrzanem  - woda  - jogurt pitny | | 160  85  200ml | -gluten , jaja  -mleko |
| czwartek | 20.04. | - **zupa pieczarkowa:**  włoszczyzna  pieczarki  śmietana 18%  nać pietruszki  - makaron świderki  - pieczywo mieszane  - jabłka | | 80  70  10  3  30  30 | - seler, gluten, mleko  -gluten, jaja  -gluten |
| piątek | 21.04. | - **filety rybne w chrupiącej panierce**  - ziemniaki  - surówka – marchew z groszkiem  - woda  - mandarynka | | 80  210  85  200ml | - gluten, ryba |
|  | **TYDZIEN IV** | **POSIŁEK** | |  |  |
| poniedziałek | 24.04. | - **biały barszcz z białą kiełbasą:**  włoszczyzna  ziemniaki  śmietana 18%  - jaja  - pieczywo mieszane  - sok kubuś | | 100  100  15  30 | - seler, gluten,mleko. gorczyca  - jaja |
| wtorek | 25.04. | - **kotlet mielony:**  - mięso  - jaja  - cebula  - bułka tarta  - ziemniaki  - buraczki  - woda  - jabłka | | 45  5  3  3  210  85  200ml | -gluten, jaja |
| środa | 26.04. | - **gołąbki z mięsem i ryżem,** - - sos pomidorowy  - woda  - pieczywo  - banan | | 75  15  50 | -gluten, jaja  -gluten |
| czwartek | 27.04. | - **barszcz czerwony zabielany:**  - włoszczyzna  - buraki  - śmietana 12%  - mąka pszenna  - ziemniaki  - pieczywo mieszane  - jogurt pitny | | 75  50  10  2  100  30 | -gluten, seler, mleko |
| piątek | 28.04. | - **filety rybne panierowane**  - ziemniaki  - surówka z kapusty kwaszonej  - woda  - jabłka | | 80  210  120  200ml | -gluten, ryba |

|  |  |
| --- | --- |
| Zupa | 200 – 300 ml |
| Kotlet, filet, sztuka mięsa | 80 – 100 g |
| Ziemniaki, kasze, makarony | 100 – 150 g |
| surówki | 50 – 80 g |
| Kompot, woda, herbata | 200 ml |
| Owoc, jogurt | 1 szt. |
| pieczywo | 30 g – 1 kromka |

Jadłospis może ulec zmianie z przyczyn niezależnych.