



# JADŁOSPIS

<b>Poniedziałek</b> <b>06.05.2024 r.</b>	Zupa pieczarkowa na wywarze z mięsa i warzyw / mięso z żeberek wieprzowych, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , por, pieczarki, śmietana / <b>mleko i produkty pochodne łącznie z laktozą</b> / mąka pszenna / <b>gluten</b> /sól, pieprz/ <b>gluten</b> // Makaron świderki/ mąka pszenna / <b>gluten</b> /semolina, woda/ Ser twarogowy/ <b>mleko i produkty pochodne łącznie z laktozą</b> / Herbata z cytryną i miodem/ herbata Lipton, woda, cytryny, miód/ Jabłko	180 kcal  218 kcal 81 kcal 15 kcal 90 kcal	300 g  140 g 70 g 150 g 1 szt.
<b>Wtorek</b> <b>07.05.2024 r.</b>	Shoarma/ filet z kurczaka, sól, pieprz/ <b>gluten</b> / czosnek, oregano, olej/ Sałata lodowa z ogórkiem zielonym i sosem winegret / sałata lodowa, ogórki zielone, olej, cukier, sól, koperek, musztarda/ <b>gorczyca</b> / Ziemniaki puree z koperkiem/ ziemniaki , woda, sól, koperek/ Kompot owocowy/ wiśnie, maliny mrożone, woda /	270 kcal 76 kcal 160 kcal 100 kcal	130 g 80 g 180 g 150 g
<b>Środa</b> <b>08.05.2024 r.</b>	Kotlet mielony drobiowy / mięso z fileta z kurczaka, boczek, <b>jaja</b> , bułka tarta/ <b>gluten</b> / mleko/ <b>laktoza</b> /, cebula, sól, pieprz/ <b>gluten</b> /olej/ Marchewka z groszkiem gotowana/ marchew, groszek, masło, mąka, / <b>gluten</b> / Ziemniaki puree z koperkiem/ ziemniaki , woda, sól, koperek/ Kompot owocowy/ wiśnie, maliny mrożone, woda /	191 kcal 80 kcal 160 kcal 100kcal	90 g 100 g 180 g 150 g
<b>Czwartek</b> <b>09.05.2024 r.</b>	Gulasz strogonow/ szynka wieprzowa, pieczarki, papryka, ogórek konserwowy./ <b>gorczyca</b> /koncentrat pomidorowy, musztarda/ <b>gorczyca</b> / śmietana./ <b>mleko i produkty pochodne łącznie z laktozą</b> /sól, pieprz./ <b>gluten</b> /papryka w proszku , majeranek, ubczyk, olej, cebula, <b>mąka</b> , woda/ Kluski śląskie / mąka z pszenna, / <b>gluten</b> /woda, sól/ Kompot owocowy/ wiśnie, czarna porzeczka mrożone, woda, cukier./ Banan	165 kcal  232 kcal 100 kcal  90 kcal	150 g  150 g 150 g  ½ szt.
<b>Piątek</b> <b>10.05.2024 r.</b>	Kotlet mielony z ryby/ filet z morszczuka i dorsza , <b>jaja</b> , mleko,/laktoza/ bułka tarta, / <b>gluten</b> /cebula, olej, koperek, sól, pieprz/ <b>gluten</b> // Surówka z kiszonej kapusty z marchewką/ kapusta kiszona, marchew, cukier, sól, natka pietruszki, olej/ Ziemniaki puree z koperkiem/ ziemniaki, woda, sól. koper/ Kompot owocowy/ wiśnie, czarna porzeczka mrożone woda, cukier/	171 kcal  55 kcal  160 kcal 100 kcal	90 g  100 g  180 g 150 g

\* tłustym drukiem wymienione są substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji występujące w potrawie

\*szczegółowe receptury na poszczególne dania znajdują się u intendenta

\* jadłospis może ulec zmianie