

Jadłospis 10-14 luty 2025 r.

PONIEDZIALEK	<p style="text-align: center;">Śniadanie</p> <p style="text-align: center;">Kasza manna na mleku z polewą malinową z dodatkiem masła (mleko) Składniki: mleko krowie uht, 3,2% tłuszczu, maliny, mrożone, kasza manna(pszenica), miód pszczeli</p> <p style="text-align: center;">Obiad</p> <p style="text-align: center;">Chleb pszenny Składniki: mąka pszenna, woda, sól, olej, drożdże, cukier</p> <p style="text-align: center;">Zupa szczawiowa i szpinakiem z ziemniakami i jajkiem bez mięsa Składniki: woda, ziemniaki, szczaw konserwowy(szczaw, sól), szpinak, mrożony, jaja kurze całe, marchew, śmietana 18% (z mleka), pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, por, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie</p> <p style="text-align: center;">Zapiekanka mięsna z makaronem i serem Składniki: makaron pszenny bezjajeczny(mąka z pszenicy zwyczajnej), wieprzowina łopatką, marchew, pietruszka, korzeń, cebula, koncentrat pomidorowy, 30%, seler korzeniowy, ser gouda tusty(mleko, sól, kultury bakterii, barwnik: annato), olej rzepakowy</p> <p style="text-align: center;">Podwieczorek</p> <p style="text-align: center;">Banan, paluszki pszenne z serek śmietankowy (z mleka) Energia: 872 kcal Białko: 36.5 g Tłuszcz: 31.6 g Węglowodany: 105.5 g</p>
WTOREK	<p style="text-align: center;">Śniadanie</p> <p style="text-align: center;">Kanapki z dżemem truskawkowym Składniki: chleb pszenno-żytni(mąka pszenna, mąka żytnia, naturalny wysuszony zakwas żytni, sól), dżem truskawkowy, niskosłodzony(truskawki, cukier, woda, substancja żelująca: pektyny, regulator kwasowości: kwas cytrynowy), masło ekstra (z mleka)</p> <p style="text-align: center;">Kawa zbożowa z mlekiem Składniki: mleko krowie, 2% tłuszczu, woda, kawa zbożowa(żyto, jęczmień)</p> <p style="text-align: center;">Obiad</p> <p style="text-align: center;">Chleb pszenny Składniki: mąka pszenna, woda, sól, olej, drożdże, cukier</p> <p style="text-align: center;">Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym z kaszą Składniki: woda, ziemniaki, brukselka, marchew, fasolka szparagowa, mrożona, kalafior, brokuły, pietruszka, korzeń, śmietanka 30% (z mleka), kasza manna(pszenica), seler korzeniowy, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie</p> <p style="text-align: center;">Cordon bleu z kurczaka Składniki: mięso z kurczaka (31%), woda, panier (mąka pszenna, sól, drożdże, przyprawy, skrobia ziemniaczana), szynka z kurczaka (10%), ser topiony (8%), olej rzepakowy, skórki kurczaka, białko sojowe, błonnik pszenny, sól, przyprawy, cebula, czosnek</p> <p style="text-align: center;">Ziemniaki posypane koperkiem Składniki: ziemniaki, koperek, sól biała</p> <p style="text-align: center;">Surówka z marchewki, jabłka i pora z majonezem Składniki: marchew, jabłko, por, majonez(olej rzepakowy rafinowany, musztarda (woda, ocet, gorczyca, cukier, sól, przyprawy), woda, żółtka jaj kurzych (7,0%))</p> <p style="text-align: center;">Podwieczorek</p> <p style="text-align: center;">Mus owocowy (banan, jabłko, witamina c) Energia: 881 kcal Białko: 26.3 g Tłuszcz: 33.8 g Węglowodany: 116.7 g</p>
ŚRODA	<p style="text-align: center;">Śniadanie</p> <p style="text-align: center;">Bułka grahamka z szynką z kurczaka i pomidorem lub serem i ogórkiem Składniki: bułki pszenne grahamki(mąka pełnoziarnista, mąka pszenna, woda, drożdże, sól, cukier), pomidor, szynka z piersi kurczaka, masło ekstra (z mleka) ser gouda tusty(mleko, sól, kultury bakterii, barwnik: annato), ogórek, masło ekstra (z mleka)</p> <p style="text-align: center;">Herbata owoce lasu, bez cukru Składniki: woda, herbata owoce lasu(kwiat hibiskusa, owoc dzikiej róży, owoc aronii, owoc głogu, liść jeżyny, owoc maliny, owoc bzu czarnego, owoc jeżyny, naturalny aromat jagody)</p> <p style="text-align: center;">Obiad</p> <p style="text-align: center;">Chleb żytni razowy Składniki: mąka żytnia, mąka żytnia razowa, woda, sól.</p> <p style="text-align: center;">Żurek z ziemniakami, kielbasą i jajkiem Składniki: woda, ziemniaki, kielbasa podwawelska, jaja kurze całe, marchew, śmietana 18% (z mleka), zakwas na żurek(woda, mąka żytnia, czosnek, liście laurowe, ziarna ziela angielskiego), pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, por, natka pietruszki, chrzan, sól biała, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz</p> <p style="text-align: center;">Ryż z brzoskwiniami i śmietaną Składniki: woda, ryż biały, brzoskwinia w syropie(brzoskwinie, woda, cukier, regulator kwasowości- kwas cytrynowy), śmietana 18% (z mleka)</p> <p style="text-align: center;">Podwieczorek</p> <p style="text-align: center;">Jabłko Energia: 928 kcal Białko: 36.9 g Tłuszcz: 31.2 g Węglowodany: 125.5 g</p>

CZWARTEK	<p style="text-align: center;">Śniadanie</p> <p style="text-align: center;">Chałka z dżemem truskawkowym</p> <p>Składniki: chałki pszenne(mąka pszenna, jaja, cukier, drożdże, woda, sól), dżem truskawkowy, niskosłodzony(truskawki, cukier, woda, substancja żelująca: pektyny, regulator kwasowości: kwas cytrynowy), masło ekstra (z mleka)</p> <p style="text-align: center;">Kakao bez cukru</p> <p>Składniki: mleko krowie, 2% tłuszczu, kakao 16%, proszek</p> <p style="text-align: center;">Obiad</p> <p style="text-align: center;">Gulasz wieprzowy</p> <p>Składniki: wieprzowina łopatką, woda, marchew, cebula, olej rzepakowy</p> <p style="text-align: center;">Kasza bulgur (pszenica)</p> <p style="text-align: center;">Surówka z kapusty czerwonej z marchewką</p> <p>Składniki: kapusta czerwona, marchew, por, miód pszczeli, olej rzepakowy</p> <p style="text-align: center;">Zupa ogórkowa</p> <p>Składniki: woda, ziemniaki, ogórek kiszony, marchew, pietruszka, korzeń, por, seler korzeniowy, skrzydło indyka, śmietana 18% (z mleka), koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie</p> <p style="text-align: center;">Podwieczorek</p> <p style="text-align: center;">Baton twarogowy</p> <p>Składniki: masa twarogowa 82% ((ser twarogowy chudy (mleko odtłuszczone, bakterie fermentacji mlekowej (zawierają mleko)) 56% w masie twarogowej), masło, cukier, naturalny ekstrakt wanilii burbońskiej 0,2%), czekolada 18%, w której masa kakaowa minimum 67% (kakao w proszku, cukier, tłuszcz kakaowy, tłuszcz mleczny, emulgator: lecytyny, naturalny aromat waniliowy).</p> <p style="text-align: center;">Truskawki</p> <p>Energia: 978 kcal Białko: 36.7 g Tłuszcz: 38.4 g Węglowodany: 114.8 g</p>
	<p style="text-align: center;">Śniadanie</p> <p style="text-align: center;">Płatki kukurydziane na mleku</p> <p>Składniki: mleko krowie uht, 3,2% tłuszczu, płatki kukurydziane</p> <p style="text-align: center;">Truskawki</p> <p style="text-align: center;">Obiad</p> <p style="text-align: center;">Paluszki rybne pieczone</p> <p>Składniki: paluszki rybne mrożone(pszenica, ryba)</p> <p style="text-align: center;">Frytki ziemniaczane</p> <p>Składniki: ziemniaki, olej rzepakowy, przyprawa ziołowa</p> <p style="text-align: center;">Surówka z kapusty kiszonej z jabłkiem</p> <p>Składniki: kapusta kiszona(kapusta biała, marchew, sól), jabłko, cebula, olej rzepakowy, cukier, sól biała, pieprz</p> <p style="text-align: center;">Chleb pszenny</p> <p>Składniki: mąka pszenna, woda, sól, olej, drożdże, cukier</p> <p style="text-align: center;">Barszcz ukraiński</p> <p>Składniki: burak, ziemniaki, kapusta biała, koncentrat barszczu czerwonego(zagęszczony sok z buraków ćwikłowych (57%), woda, cukier, sól, kwas cytrynowy, warzywa i ekstrakty warzywne (zawierają seler), przyprawy i ekstrakty przypraw), śmietanka 30% (z mleka), fasola biała, nasiona suche, marchew, pietruszka, korzeń, cebula, seler korzeniowy, por, natka pietruszki, koperek, ziele angielskie, liść laurowy, sól biała, pieprz</p> <p style="text-align: center;">Podwieczorek</p> <p style="text-align: center;">Sok pomidorowy 100%</p> <p>Energia: 1006 kcal Białko: 34.2 g Tłuszcz: 30.6 g Węglowodany: 136.7 g</p>
PIĄTEK	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Intendent zastrzega sobie prawo do niewielkich modyfikacji w jadłospisie. Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez podkreślenie. ➤ Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań gotowych: zboża zawierające gluten, soja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczany, tubin, mięczaki. Alergeny oznaczone zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady. ➤ Szczegółowy wykaz składników wszystkich produktów i dań kulinarnych jest dostępny u Intendenta.

