

Jadłospis 08.04.2024-19.04.2024

📅 08.04.2024 Poniedziałek

Zupa marchwianka z ziemniakami i natką pietruszki 330 ml

Składniki: woda, ziemniaki, marchew, udo z kurczaka, seler korzeniowy, pietruszka, korzeń, por, natka pietruszki, sól biała, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz

Chleb pszenno-żytni

Składniki: mąka pszenna, mąka żytnia, naturalny wysuszony zakwas żytni, sól

ciastko drożdżowe 150 g

Składniki: ciasto drożdżowe (produkt gotowy) (pszenica, mleko)

Energia: 664 kcal

📅 09.04.2024 Wtorek

Pieczony kotlet mielony z łopatki wieprzowej 120 g

Składniki: wieprzowina łopatka, jaja kurze całe, bułki pszenne wrocławskie, bułka tarta (pszenica), cebula, olej rzepakowy

Ziemniaki gotowane 140 g

Składniki: ziemniaki, gotowane w wodzie, sól biała

Gotowana marchewka z groszkiem 120 g

Składniki: marchew z groszkiem, mrożona, masło ekstra (mleko), mąka pszenna, typ 500, Śmietana 18% (mleko), pieprz, cukier, sól biała

Woda mineralna 250 g

Składniki: woda

Energia: 572 kcal

📅 10.04.2024 Środa

Makaron pełnoziarnisty z kurczakiem w sosie szpinakowo-śmietanowym 330 g

Składniki: makaron pełnoziarnisty (pszenica), mięso z piersi kurczaka, bez skóry, szpinak, mrożony, Śmietana 18% (mleko), mleko krowie, 2% tłuszczu, mąka pszenna, typ 450, olej rzepakowy, czosnek, sól biała, pieprz

Woda mineralna 250 g

Składniki: woda

Jabłko

Energia: 799 kcal

📅 11.04.2024 Czwartek

Gulasz wołowy 120 g

Składniki: wołowina polędwica, woda, cebula, koncentrat pomidorowy, 30%, olej rzepakowy

Kasza bulgur (pszenica)

surówka z kiszzonego ogórka z białą kapustą 120 g

Składniki: ogórek kiszony, kapusta biała, papryka czerwona, konserwowa, cebula, oliwa z oliwek

Woda mineralna 250 g

Składniki: woda

Energia: 643 kcal

📅 12.04.2024 Piątek

Grillowany filet z pstrąga 120 g

Składniki: pstrąg tęczowy świeży, sól biała, pieprz

Ziemniaki gotowane 140 g

Składniki: ziemniaki, gotowane w wodzie, sól biała

Fasolka szparagowa z wody, z masłem i bułką tartą 120 g

Składniki: fasolka szparagowa, mrożona, masło ekstra (mleko), bułka tarta (pszenica)

Kompot truskawkowy 250 ml

Składniki: woda, truskawki, mrożone, cukier

Energia: 469 kcal

📅 15.04.2024 Poniedziałek

Krupnik z kaszą jęczmienną 330 ml

Składniki: woda, ziemniaki, marchew, kasza jęczmienna, perłowa, indyk, tuszka, seler korzeniowy, pietruszka, korzeń, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Naleśniki z twarogiem 150 g

Składniki: mleko krowie, 3,2% tłuszczu, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (mleko), ser twarogowy półtłusty (mleko), mąka pszenna typ 500, z witaminami, jaja kurze całe, olej rzepakowy, cukier

Energia: 466 kcal

📅 16.04.2024 Wtorek

Fasolka po bretońsku, bułka pszenna (obiad jednodaniowy) 400 g

Składniki: bułki pszenne wrocławskie, fasola biała, nasiona suche, pomidory w puszcze całe, kielbasa toruńska, boczek wędzony bez kości, marchew, seler korzeniowy, cebula, pietruszka, korzeń, koncentrat pomidorowy, 30%, por, majeranek, czosnek

Woda mineralna 250 g

Składniki: woda

Gruszka

Energia: 733 kcal

📅 17.04.2024 Środa

Smażony kotlet z piersi kurczaka po parysku 120 g

Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, jaja kurze całe, olej rzepakowy, mąka pszenna, typ 450, przyprawa do kurczaka

Ziemniaki gotowane 140 g

Składniki: ziemniaki, gotowane w wodzie, sól biała

Mini marchewka gotowana z masłem i tymiankiem 120 g

Składniki: marchew, mrożona, masło ekstra (mleko), tymianek

Woda mineralna 250 g

Składniki: woda

Energia: 421 kcal

📅 18.04.2024 Czwartek

Pulpety gotowane z łopatki wieprzowej 120 g

Składniki: wieprzowina łopatka, jaja kurze całe, bułka tarta (pszenica), sól biała, pieprz, czosnek niedźwiedzi suszony

Sos koperkowy 80 g

Składniki: koperek, Śmietana 18% (mleko), mąka pszenna, typ 450, masło ekstra (mleko), sól biała, pieprz

Kasza kuskus 100 g

Składniki: kasza kuskus (pszenica)

Woda mineralna 250 g

Składniki: woda

Energia: 690 kcal

📅 19.04.2024 Piątek

Łosoś pieczony 120 g

Składniki: Łosoś świeży, olej rzepakowy, sól biała, pieprz

Puree ziemniaczane z zielonym groszkiem 150 g

Składniki: ziemniaki, groszek zielony, mleko krowie, 2% tłuszczu, masło ekstra (mleko), sól biała

Surówka z pora z białą kapustą 120 g

Składniki: kapusta biała, por, brzoskwinia w syropie, Śmietana 18% (mleko), jogurt naturalny, 2% tłuszczu (mleko)

Kompot śliwkowy 250 ml

Składniki: woda, śliwki, cukier

Energia: 585 kcal

INTENDENT

mgr Anna Grabińska

Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez podkreślenie.