

Jadłospis 06.05.2024-17.05.2024☐ **06.05.2024 Poniedziałek****Zupa ogórkowa z ziemniakami 330 ml**Składniki: ziemniaki, ogórek kiszony, marchew, **seler** korzeniowy, pietruszka, korzeń, indyk, tuszka, Śmietana 18% (**mleko**), koperek, mąka **pszenna**, typ 500, por, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie**Chleb pszenno-żytni**

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

Arbuz

Energia: 365 kcal

☐ **07.05.2024 Wtorek****Karkówka pieczona w sosie własnym 120 g**Składniki: wieprzowina karkówka, olej rzepakowy, mąka **pszenna**, typ 450, sól biała, pieprz, papryka słodka, czosnek niedźwiedzi suszony, majeranek**Kasza gryczana, gotowana 100 g**

Składniki: kasza gryczana, gotowana, sól biała

Surówka z kapusty czerwonej 120 g

Składniki: kapusta czerwona, jabłko, por, oliwa z oliwek, pieprz, sól biała

Kompot owocowy 250 ml

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Energia: 627 kcal

☐ **08.05.2024 Środa****Potrawka z kurczaka 135 g**Składniki: kurczak, tuszka, marchew, **seler** korzeniowy, pietruszka, korzeń, Śmietana 18% (**mleko**), masło ekstra (**mleko**), mąka **pszenna** typ 500, z witaminami, rodzynki, suszone**Ryż biały 100 g**

Składniki: ryż biały, gotowany

Gotowana marchewka z groszkiem 120 gSkładniki: marchew z groszkiem, mrożona, masło ekstra (**mleko**), mąka **pszenna**, typ 500, Śmietana 18% (**mleko**), pieprz, cukier, sól biała**Kompot owocowy 250 ml**

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Energia: 496 kcal

☐ **09.05.2024 Czwartek****Pieczony kotlet mielony z łopatki wieprzowej 120 g**Składniki: wieprzowina łopatka, **jajka** kurze całe, bułki **pszenne** wrocławskie, bułka tarta (**pszemica**), cebula, olej rzepakowy**Ziemniaki gotowane 140 g**

Składniki: ziemniaki, gotowane w wodzie, sól biała

Surówka z kalafiora 120 gSkładniki: kalafior, koperek, czosnek, majonez (**jajka**, **gorczyca**), musztarda (**gorczyca**)**Woda mineralna 250 g**

Składniki: woda

Energia: 567 kcal

☐ **10.05.2024 Piątek****Paluszki rybne pieczone 100 g**Składniki: paluszki **rybne** mrożone (**pszemica**, **ryba**)**Ziemniaki puree 140 g**Składniki: ziemniaki, masło ekstra (**mleko**)**Surówka z rzodkwi 120 g**Składniki: biała rzodkiew, jabłko, groszek zielony, konserwowy, bez zalewy, majonez (**jajka**, **gorczyca**), jogurt naturalny, 2% tłuszczu (**mleko**)**Woda mineralna 250 g**

Składniki: woda

Jogurt pitny owocowy 330 gSkładniki: jogurt pitny owocowy (**mleko**)

Energia: 729 kcal

📅 **13.05.2024 Poniedziałek**

Zupa pomidorowa z makaronem 330 ml

Składniki: woda, indyk, tuszka, marchew, makaron **pszenny** dwujajeczny, koncentrat pomidorowy, 30%, Śmietana 18% (**mleko**), **seler** korzeniowy, pietruszka, korzeń, por, natka pietruszki, liść laurowy, ziele angielskie, sól biała, pieprz

Ciastko drożdżowe 150 g

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

Energia: 647 kcal

📅 **14.05.2024 Wtorek**

Energia: 0 kcal

📅 **15.05.2024 Środa**

Energia: 0 kcal

📅 **16.05.2024 Czwartek**

Energia: 0 kcal

📅 **17.05.2024 Piątek**

Grillowany filet z pstrąga 120 g

Składniki: **pstrąg** tęczowy świeży (**ryba**), sól biała, pieprz

Ziemniaki gotowane 140 g

Składniki: ziemniaki, gotowane w wodzie, sól biała

Surówka z kapusty kiszonej z jabłkiem i natką pietruszki 120 g

Składniki: kapusta kiszona, jabłko, olej rzepakowy, natka pietruszki, cukier

Woda mineralna 250 g

Składniki: woda

Energia: 376 kcal

Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez **podkreślenie**.

INTENDENT

mgr Anna Grabińska