



JADŁOSPIS (2 - 5 listopada)

WTOREK 02.11.

zupa kalafiorowa (woda, ziemniaki, kalafior, marchew, cebula, olej rzepakowy, koperek, sól, pieprz) – 250 ml/144 kcal

chleb razowy (mąka żytnia, zakwas naturalny, otręby pszenne, mąka pszenna, woda, drożdże, sól, może zawierać śladowe ilości sezamu i orzechów arachidowych) – 1 kromka/80 kcal

potrawka z kurczaka (bulion, mięso z kurczaka, cebula, śmietana, mąka, sól, pieprz) – 80g/100 kcal

ryż biały – 100 g/120 kcal

surówka z czerwonej kapusty (kapusta czerwona, cukier, woda, ocet, jabłka, cebula, olej roślinny, sól, pieprz) – 70 g/55 kcal

kompot wieloowocowy (woda, śliwka, czarna porzeczka, jabłko, truskawka, wiśnia) – 200 ml/50 kcal

ŚRODA 03.11.

krupnik jęczmienny (woda, ziemniaki, kasza jęczmienna, marchew, cebula, pietruszka, seler, sól, pieprz, koperek) – 250 ml/190 kcal

chleb razowy (mąka żytnia, zakwas naturalny, otręby pszenne, mąka pszenna, woda, drożdże, sól, może zawierać śladowe ilości sezamu i orzechów arachidowych) – 1 kromka/80 kcal

szynka pieczona w sosie własnym (szynka wieprzowa, bulion, cebula, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, olej) – 70 g/128 kcal

kasza gryczana – 100 g/121 kcal

surówka 4 pory roku (kapusta biała, jabłka, ogórki kwaszone, papryka, cebula, marchew, sos (cukier, olej rzepakowy, woda, ocet spirytusowy), sól) – 70 g/69 kcal

kompot wieloowocowy (woda, śliwka, czarna porzeczka, jabłko, truskawka, wiśnia) – 200 ml/50 kcal

CZWARTEK 04.11.

krem z białych warzyw (woda, ziemniak, pietruszka, kalafior, seler, śmietana, sól, pieprz) – 250 ml/80 kcal

grzanki (mąka pszenna 86% tłuszcz roślinny palmowy, serwatka w proszku z mleka, olej roślinny, sól, cukier, jaja w proszku, drożdże, emulgator lecytyny z soi) – 20g/82 kcal

gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym (przecier pomidorowy, mięso mielone z szynki wieprzowej, mięso mielone z indyka, kapusta biała, ryż, sól, pieprz) - 120 g/190 kcal

ziemniaki – 150 g/103 kcal

kompot wieloowocowy (woda, śliwka, czarna porzeczka, jabłko, truskawka, wiśnia) – 200 ml/50 kcal

PIĄTEK 05.11.

barszcz ukraiński (woda, ziemniaki, buraki, fasola, marchew, śmietana, cukier, sól) – 250 ml/206 kcal

chleb razowy (mąka żytnia, zakwas naturalny, otręby pszenne, mąka pszenna, woda, drożdże, sól, może zawierać śladowe ilości sezamu i orzechów arachidowych) – 1 kromka/80 kcal

pyzy z mięsem i skwarkami (ziemniak, skrobia ziemniaczana, mięso wieprzowe, skwarki, sól) - 160 g/240 kcal

surówka z kiszonej kapusty (kapusta kiszona, olej, cebula, marchew, cukier, pieprz) - 70g/14 kcal

kompot wieloowocowy (woda, śliwka, czarna porzeczka, jabłko, truskawka, wiśnia) – 200 ml/50 kcal