

## JADŁOSPIS KWIETNIOWY

<b>Środa</b> 04.04.2018	<p><b><u>Zupa pomidorowa z makaronem</u></b> na wywarze mięsno-warzywnym (przecier pomidorowy, <b>jogurt naturalny, śmietana 10%</b>, marchewka, por, pietruszka, <b>seler</b>, makaron pełnoziarnisty, przyprawy)</p> <p><b><u>Ziemniaki</u></b> (+masło, mleko 2%, jogurt naturalny)</p> <p><b><u>Filet z kurczaka panierowany</u></b> (filet z piersi kurczaka, <b>bułka tarta pszenna, mąka pszenna, jajka, mleko2%</b>, przyprawy)</p> <p><b><u>Surówka z kapusty białej</u></b> (biała kapusta, cebula, jabłko, papryka, oliwka z oliwek, papryka, <b>śmietana 10%, jogurt naturalny</b>, przyprawy)</p> <p><b><u>Kompot</u></b> (mieszanka owocowa : śliwka, truskawka, porzeczka, agrest, jabłka, cukier )</p>
<b>Czwartek</b> 05.04.2018	<p><b><u>Barszcz biały z ziemniakami</u></b> na wywarze mięsno-warzywnym (barszcz biały, <b>jogurt naturalny, śmietana 10%</b>, marchewka, por, pietruszka, <b>seler</b>, ziemniaki, przyprawy)</p> <p><b><u>Kasza gryczana</u></b></p> <p><b><u>Gulasz drobiowy</u></b> (gulaszowe z indyka, marchewka, por, pietruszka, <b>seler</b>, przyprawy)</p> <p><b><u>Surówka z ogórka kiszonego</u></b> (ogórek kiszony, przyprawy, jabłko, cebula, marchewka, kukurydza)</p> <p><b><u>Kompot</u></b> (mieszanka owocowa : śliwka, truskawka, porzeczka, agrest, jabłka, cukier )</p>
<b>Piątek</b> 06.04.2018	<p><b><u>Zupa kalafiorowa z makaronem</u></b> na wywarze mięsno –warzywnym (kalafior, por, makaron pełnoziarnisty „świder mini”, <b>śmietana 10%, jogurt naturalny</b>, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, przyprawy)</p> <p><b><u>Ziemniaki</u></b> (+ masło, mleko 2%, jogurt naturalny)</p> <p><b><u>Ryba panierowana</u></b> (ryba Sola, jaja, mleko2%, <b>mąka pełnoziarnista</b>, bułka tarta, przyprawy)</p> <p><b><u>Surówka z kiszonej kapusty</u></b> (kapusta kiszona, marchew, cebula, przyprawy)</p> <p><b><u>Kompot</u></b> (mieszanka owocowa : śliwka, truskawka, porzeczka, agrest, jabłka, cukier )</p>
<b>Poniedziałek</b> 09.04.2018	<p><b><u>Barszcz czerwony z ziemniakami</u></b> na wywarze mięsno – warzywnym (barszcz czerwony, ziemniaki, marchew, pietruszka, por, <b>seler, śmietana 10%, jogurt naturalny</b>, przyprawy)</p> <p><b><u>Ryż z truskawkami</u></b></p> <p><b><u>Polewa jogurtowa</u></b> (jogurt naturalny)</p> <p><b><u>Kompot</u></b> (mieszanka owocowa : śliwka, truskawka, porzeczka, agrest, jabłka, cukier )</p>
<b>Wtorek</b> 10.04.2018	<p><b><u>Zupa grochowa z ziemniakami</u></b> na wywarze mięsno-warzywnym (groch łuskany, marchewka, por, <b>seler</b>, pietruszka, ziemniaki, przyprawy)</p> <p><b><u>Pierogi z mięsem</u></b> (<b>mąka pszenna</b>, mięso wołowo-wieprzowe, przyprawy, <b>jajka</b>)</p> <p><b><u>Kompot</u></b> (mieszanka owocowa : śliwka, truskawka, porzeczka, agrest, jabłka, cukier )</p>
<b>Środa</b> 11.04.2018	<p><b><u>Rosół z makaronem</u></b> na wywarze z warzyw i udzików (udziki, makaron pełnoziarnisty „nitka Czarniec”, marchew, pietruszka, por, <b>seler</b>, natka pietruszki, cebula, przyprawy)</p> <p><b><u>Ziemniaki</u></b> (+ masło, mleko 2%, jogurt naturalny)</p> <p><b><u>Udzik gotowany oprószony przyprawami</u></b></p> <p><b><u>Marchewka z groszkiem</u></b> (+przyprawy, mąka ziemniaczana)</p> <p><b><u>Kompot</u></b> (mieszanka owocowa : śliwka, truskawka, porzeczka, agrest, jabłka, cukier )</p>

<p><b>Czwartek</b> 12.04.2018</p>	<p><u>Zupa ogórkowa z ryżem</u> na wywarze mięsno-warzywnym (ogórki kiszane, <b>jogurt naturalny, śmietana 10%</b>, marchewka, por, <b>seler</b>, pietruszka, przyprawy, ryż)</p> <p><b>Ziemniaki</b> (+masło, mleko 2%, <b>jogurt naturalny</b>)</p> <p><u>Kotlet mielony</u>(karczek b/k, <b>bułka tarta pszenna, bułka pszenna, jajka</b>, przyprawy)</p> <p><u>Marchewka z jabłkiem</u> (marchewka, <b>jabłka, śmietana 10%, jogurt naturalny</b>, przyprawy)</p> <p><u>Kompot</u> (mieszanka owocowa : śliwka, truskawka, porzeczka, agrest, jabłka, cukier )</p>
<p><b>Piątek</b> 13.04.2018</p>	<p><u>Zupa rybna</u> na wywarze ryбно-warzywnym (<b>ryba Sola, jogurt naturalny, śmietana 10%</b>, marchewka, por, pietruszka, <b>seler</b>, ziemniaki, przyprawy)</p> <p><u>Makaron z serem białym</u> (<b>ser biały półtłusty</b>, makaron pełnoziarnisty „świderki”)</p> <p><u>Kompot</u> (mieszanka owocowa : śliwka, truskawka, porzeczka, agrest, jabłka, cukier )</p>
<p><b>Poniedziałek</b> 16.04.2018</p>	<p><u>Barszcz biały z ziemniakami</u> na wywarze mięsno – warzywnym (barszcz biały, ziemniaki, marchew, pietruszka, por, <b>seler, śmietana 10%, jogurt naturalny</b>, przyprawy)</p> <p><u>Spaghetti</u> (karczek b/k, cebula, marchew, pietruszka, por, <b>seler</b>, przecier pomidorowy, pomidory w puszcze, makaron pełnoziarnisty „do spaghetti”)</p> <p><u>Kompot</u> (mieszanka owocowa : śliwka, truskawka, porzeczka, agrest, jabłka, cukier )</p>
<p><b>Wtorek</b> 17.04.2018</p>	<p><u>Zupa pomidorowa z makaronem</u> na wywarze mięsno-warzywnym (makaron pełnoziarnisty „muszla mała”, przecier pomidorowy, <b>śmietana 10%, jogurt naturalny</b>, marchew, pietruszka, por, <b>seler</b>, przyprawy)</p> <p><b>Ziemniaki</b> (+ masło, mleko 2%, <b>jogurt naturalny</b>)</p> <p><u>Kotlet schabowy</u> (<b>jajka, mleko 2%, bułka pszenna, bułka tarta, mąka pszenna</b>, schab b/k, przyprawy)</p> <p><u>Kapusta zasmażana</u> (kapusta kiszona, cebula, <b>mąka pszenna</b>, przyprawy)</p> <p><u>Kompot</u> (mieszanka owocowa : śliwka, truskawka, porzeczka, agrest, jabłka, cukier )</p>
<p><b>Środa</b> 18.04.2018</p>	<p><u>Zupa z zielonego groszku z kluseczkami</u> na wywarze mięsno – warzywnym (marchewka, por, <b>seler</b>, pietruszka, zielony groszek, <b>śmietana 10%, jogurt naturalny</b>, lane ciasto: <b>jajka, mąka pszenna</b>, przyprawy)</p> <p><b>Ziemniaki</b> (+ masło, mleko 2%, <b>jogurt naturalny</b>)</p> <p><u>Jajko w sosie koperkowym</u> (<b>jajko</b>, koperek, <b>jogurt naturalny, śmietana 10%</b>, koperek)</p> <p><u>Marchewka z jabłkiem</u> (marchew, jabłko, <b>śmietana 10%, jogurt naturalny</b>, przyprawy)</p> <p><u>Kompot</u> (mieszanka owocowa : śliwka, truskawka, porzeczka, agrest, jabłka, cukier )</p>
<p><b>Czwartek</b> 19.04.2018</p>	<p><u>Zupa brokułowa z makaronem</u> na wywarze mięsno –warzywnym (brokuły, makaron pełnoziarnisty, <b>śmietana 10%, jogurt naturalny</b>, marchewka, por, <b>seler</b>, pietruszka, )</p> <p><b>Ziemniaki</b> (+ masło, mleko 2%, <b>jogurt naturalny</b>)</p> <p><u>Pulpet sosie pomidorowym</u> (karczek b/k, przecier pomidorowy, <b>mąka pszenna</b>, przyprawy, <b>jajka, bułka tarta</b>)</p> <p><u>Surówka z pekińskiej kapusty</u> (kapusta pekińska, kukurydza, groszek zielony, papryka świeża, oliwka z oliwek, przyprawy)</p> <p><u>Kompot</u> (mieszanka owocowa : śliwka, truskawka, porzeczka, agrest, jabłka, cukier )</p>
<p><b>Piątek</b> 20.04.2018</p>	<p><u>Zupa kalafiorowa z makaronem</u> na wywarze mięsno -warzywnym (kalafior, por, makaron pełnoziarnisty „świder mini”, <b>śmietana 10%, jogurt naturalny</b>, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, przyprawy)</p> <p><b>Ziemniaki</b> (+ masło, mleko 2%, <b>jogurt naturalny</b>)</p> <p><u>Sznyceł rybny</u> (<b>Ryba Sola, jajka, mąka pszenna, bułka tarta</b>, przyprawy)</p> <p><u>Surówka z kiszanej kapusty</u> (kapusta kiszona, marchew, cebula, przyprawy)</p> <p><u>Kompot</u> (mieszanka owocowa : śliwka, truskawka, porzeczka, agrest, jabłka, cukier )</p>

<b>Poniedziałek</b> 23.04.2018	<p><b><u>Zupa ziemniaczana</u></b> na wywarze mięsno – warzywnym (marchewka, pietruszka, por, <b>seler</b>, przyprawy, ziemniaki, <b>śmietana 10%</b>, <b>jogurt naturalny</b>)</p> <p><b><u>Kasza na sypko</u></b></p> <p><b><u>Zraz w sosie własnym</u></b>(karczek b/kości, <b>mąka pszenna</b>, <b>jajka</b>, bułka tarta, przyprawy)</p> <p><b><u>Marchewka z jabłkiem</u></b> (marchewka, <b>jabłka</b>, <b>śmietana 10%</b>, <b>jogurt naturalny</b>, przyprawy)</p> <p><b><u>Kompot</u></b> (mieszanka owocowa : śliwka, truskawka, porzeczka, agrest, jabłka, cukier )</p>
<b>Wtorek</b> 24.04.2018	<p><b><u>Barszcz czerwony z ziemniakami</u></b> na wywarze mięsno – warzywnym (barszcz czerwony, ziemniaki, marchew, pietruszka, por, <b>seler</b>, <b>śmietana 10%</b>, <b>jogurt naturalny</b>, przyprawy)</p> <p><b><u>Łazanki</u></b> (karczek b/k, kapusta kiszona, makaron pełnoziarnisty łazankowy, przyprawy)</p> <p><b><u>Kompot</u></b> (mieszanka owocowa : śliwka, truskawka, porzeczka, agrest, jabłka, cukier )</p>
<b>Środa</b> 25.04.2018	<p><b><u>Rosół z makaronem</u></b> na wywarze z warzyw i udzików (udziki, makaron „nitka Czarniec”, marchew, pietruszka, por, <b>seler</b>, natka pietruszki, cebula, przyprawy)</p> <p><b><u>Ziemniaki (+ masło, mleko 2%, jogurt naturalny)</u></b></p> <p><b><u>Udzik gotowany oprószony przyprawami</u></b></p> <p><b><u>Marchewka z groszkiem</u></b> (+przyprawy, mąka ziemniaczana)</p> <p><b><u>Kompot</u></b> (mieszanka owocowa : śliwka, truskawka, porzeczka, agrest, jabłka, cukier )</p>
<b>Czwartek</b> 26.04.2018	<p><b><u>Kapuśniak z ziemniakami</u></b> na wywarze mięsno – warzywnym (kapusta kiszona, marchewka, pietruszka, por, <b>seler</b>, przyprawy, ziemniaki)</p> <p><b><u>Kasza na sypko</u></b></p> <p><b><u>Jeżyki z marchewką</u></b> (karczek b/k, przyprawy, <b>mąką pszenna</b>, marchewka)</p> <p><b><u>Buraki z jabłkiem</u></b> (oliwa z oliwek, przyprawy, buraki, jabłka, <b>śmietana 10%</b>, <b>jogurt naturalny</b>)</p> <p><b><u>Kompot</u></b> (mieszanka owocowa : śliwka, truskawka, porzeczka, agrest, jabłka, cukier )</p>
<b>Piątek</b> 27.04.2018	<p><b><u>Żurek z ziemniakami</u></b> na wywarze mięsno – warzywnym (żur, <b>śmietana 10%</b>, <b>jogurt naturalny</b>, marchewka, cebula, por, <b>seler</b>, pietruszka, przyprawy)</p> <p><b><u>Ryż z jabłkami</u></b></p> <p><b><u>Polewa jogurtowa-cynamonowa</u></b> (<b>jogurt naturalny</b>, cukier puder, cynamon)</p> <p><b><u>Kompot</u></b> (mieszanka owocowa : śliwka, truskawka, porzeczka, agrest, jabłka, cukier )</p>
<b>Poniedziałek</b> 30.04.2018	<p><b><u>Zupa jarzynowa z ziemniakami</u></b> na wywarze mięsno – warzywnym (marchewka, por, <b>seler</b>, ziemniaki, przyprawy, <b>jogurt naturalny</b>, <b>śmietana 10%</b>, fasolka szparagowa, pietruszka, kalafior, groszek zielony)</p> <p><b><u>Makaron pełnoziarnisty „świder” z truskawkami</u></b></p> <p><b><u>Polewa jogurtowa</u></b> (<b>jogurt naturalny</b>, cukier puder)</p> <p><b><u>Kompot</u></b> (mieszanka owocowa : śliwka, truskawka, porzeczka, agrest, jabłka, cukier )</p>

w/w jadłospisach mogą występować następujące alergeny: zboża zawierające gluten (tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies zwyczajny, pszenica oplewiona/orkisz, kamut lub ich szczepy hybrydowe), jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, nasiona soi, mleko (łącznie z laktozą), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/l w przeliczeniu na SO<sub>2</sub>.

Używamy następujących przypraw: cząber, kurkuma, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy, papryka słodka, pieprz czarny, pieprz ziołowy, kolendra, bazylia, zioła prowansalskie

DO KAŻDEGO OBIADU DOŁĄCZOY JEST CHLEB: **Chleb graham** (mąka pszenna typ 750, woda, mąka pszenna graham typ 1850, drożdże , sól) **i/ lub Chleb 7 ziaren** (mąka pszenna typ 750, woda, mąka żytnia typ 720, mieszanka wieloziarnista – siemię lniane, sezam, słonecznik, ziarno pszenicy, drożdże, sól)