



JADŁOSPIS !

PONIEDZIAŁEK

11.03.2024 r.

- Zupa fasolowa na żeberkach z ziemniakami cząbrem i majerankiem oraz pietruszką zieloną, chleb mieszany, Winogrono ciemne, Rogale

SKŁADNIKI: Zupa (woda, żeberka, marchew, seler, pora, pietruszka zielona, fasola drobna, majeranek, cząber (gorczyca), ziemniaki) chleb (zawiera mąkę pszenną i razową, słonecznik)

WTOREK

12.03.2024.

- Polędwiczki wieprzowe w sosie własnym, ziemniaki z wody z pietruszką zieloną, surówka z kalarepy, marchewki i żurawiny podana z jogurtem naturalnym, kompot wielowocowy, – Klementynka

SKŁADNIKI mięso (polędwiczki wieprzowe, , sól, pieprz, papryka mielona, kminek, cebula,, mąka pszenna (gluten) surówka (marchew, kalarepa, jabłko, żurawina, oliwa, cytryna, jogurt) kompot (woda, jabłko, gruszka, śliwka, rabarbar, cukier)

ŚRODA

13.03.2024r.

Gulasz z indyka z dynią i papryką czerwoną, makaron świderki trzy kolory, , mix warzyw z prażonymi pestkami słonecznika, - sok pomarańczowy 100%- Kiwi

SKŁADNIKI: Gulasz (filet z indyka, majeranek, sól, pieprz, dynia, papryka świeża, przecier pomidorowy, olej, makaron (gluten,) mąka pszenna, śmietana,) warzywa (woda, sól, brokuły, olej, kalafior, marchew, pestki słonecznika), woda z pomarańczą

CZWARTEK ;

14.03.2024r

Pierogi z owocami podane z jogurtem naturalnym i posypane płatkami migdałowymi, papryka czerwona do chrupania, Musy warzywno- owocowe - Jabłko

SKŁADNIKI ; Pierogi (zawierają mąkę pszenną, jajka, sól, cukier, truskawka, śliwka, jogurt naturalny, płatki migdałowe , Jogurt (zawiera laktozę)

PIĄTEK”

15.03.2024

Filet z ryby miruny pieczony z mozzarellą, pomidorem i bazylią, ziemniaki z koperkiem, surówka z kapusty pekińskiej z marchewką, kukurydzą i dipem czosnkowym- Actimel, Gruszka

SKŁADNIKI: Ryba (filet z miruny, mąka, bułka tarta (zawierają gluten) ser (białko) pomidory sól, pieprz, bazylią, olej, jajka) surówka (kapusta pekińska, marchewka kukurydza, , sól, pieprz, cytryna, jogurt (białko) czosnek