

# Jadłospis

24.01.2022 r

PONIEDZIAŁEK

- ❖ Zupa pomidorowa na mięsie z makaronem, zabielała śmietaną, chleb z ziarnem, marchewką do chrupania, batonik musle

**SKŁADNIKI:** Zupa pomidorowa (woda, kurczak, liść laurowy, ziele, lubczyk, marchew, seler, pora, makaron (zawiera mąkę pszenną) śmietana, pietruszka zielona) chleb (zawiera mąkę pszenną, jajka, słonecznik, )

25.01.2022 r.

WTOREK

- ❖ Kotlety z piersi kurczaka panierowane w sezamie i jajku, ziemniaki z wody, groszek z marchewką, woda z cytryną, - Banany

**SKŁADNIKI:** Kotlety (filet z kurczaka, jajka, bułka tarta (zawiera mąkę pszenną), sezam, sól, pieprz, ), surówka (woda, sól, groszek, marchew, cytryna, cukier, śmietana)

26.01.2022 r.

ŚRODA

- ❖ Ryż długoziarnisty z gyrosem drobiowym, sałata grecka z sosem jogurtowo – czosnkowym, kompot wieloowocowy, \_ Mandarynka

**SKŁADNIKI:** Ryż (woda, sól, masło, ryż) gyros (filet z indyka, olej, papryka mielona, pieprz, sól, oregano, ) sałata (sałata lodowa, cebula czerwona, sól, pieprz, ogórek świeży, pomidorki, jogurt naturalny, czosnek) kompot (woda, cukier, jabłko, wiśnia, śliwka, goździki)

27.01.2022 r

CZWARTEK

- ❖ -Gulasz węgierski z pieczarkami i kaszą gryczaną, ogórek kiszony, sok pomarańczowy 100 % , - Jabłko

**SKŁADNIKI :** gulasz (łopatka wieprzowa, olej, sól, pieprz, gałka muszkatałowa, pieczarka, papryka czerwona, marchew, przecier pomidorowy, mąka pszenna (gluten), ogórek kiszony

28.01.2022 r.

PIĄTEK

- ❖ Filet z ryby z pieca zapiekany z serem żółtym, ziemniaki puree z koperkiem, surówka ;Coleslaw' z białej kapusty, marchewki, jabłko, , woda, mus owocowy (jabłko, banan)

**SKŁADNIKI:** Ryba pieczona (miruna, sól, pieprz, olej, oregano, cytryna, bułka tarta (zawiera mąkę pszenną), surówka z białej kapusty (kapusta biała, marchew, jabłko, cebula, jogurt naturalny, musztarda (zawiera gorczycę) ziemniaki puree (woda, sól, ziemniaki, mleko, masło, koperk), mus(jabłko, banan)

