

JADŁOSPIS 11 – 15 grudzień 2023

PONIEDZIAŁEK			
Śniadanie	Kasza manna na mleku Bułka grahamka z szynką drobiową i warzywami Herbata z miodem	Zupa mleczna - mleko 3,2% 180ml, kasza manna 13g (pszenica) Bułka grahamka 25g (mąka pszenna graham, mąka pszenna , woda, mąka żytnia , drożdże, cukier, margaryna, sól, glukoza, mączka sojowa , enzymy); masło 5g; szynka drobiowa 20g (mięso z piersi kurcząt 89%, woda, skrobia ziemniaczana, sól, przyprawy); papryka 20g, ogórek 20g; herbata 150ml (woda, miód, herbata czarna)	Wartość energetyczna: 320kcal
Obiad	Szczawiowa z jajkiem i chlebem Makaron świderki z truskawkami i twarogiem Kompot	Zupa szczawiowa z jajkiem 250ml (ziemniaki, marchew, śmietana 30%, jaja , szczaw konserwowy, pietruszka, korpus ze skrzydłem, szpinak, seler , por, mąka pszenna , sól, przyprawy w tym gorczyca); chleb 20g (<i>regionalny</i> - mąka pszenna , mąka żytnia , woda, drożdże, sól, kwas askorbinowy); Makaron z truskawkami i serem 260g (truskawki, makaron bez jajeczny (mąka z pszenicy durum), twaróg półtłusty, jogurt naturalny, cukier); kompot 150ml (woda, mieszanka owoców, cukier);	Wartość energetyczna: 535kcal
Podwieczorek	Chlebek bananowy Woda	Chlebek bananowy 60g (banan, mąka pszenna , cukier, jaja , mało , soda oczyszczona); woda mineralna niegazowana 150ml	Wartość energetyczna: 231kcal
WTOREK			
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku Bułka siedlecka z serem żółtym i warzywami Herbata owocowa	Zupa mleczna - mleko 3,2% 180ml, płatki owsiane 15g Bułka siedlecka 25g (mąka pszenna , woda, drożdże, cukier, mąka żytnia , sól, margaryna, olej rzepakowy, mąka sojowa , kwas askorbinowy); masło 5g; ser żółty 15g (mleko , sól, kultury bakterii, podpuszczka, chlorek wapnia, annato, lizozym (z białka jaja kurzego); rzodkiewka 20g; pomidor 20g; herbata owocowa 150ml (woda, miód, susz owocowy)	Wartość energetyczna: 356kcal
Obiad	Grochowa z chlebem Gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym z ziemniakami Rumianek Mandarynka	Grochowa 250ml (ziemniaki, groch, marchew, pietruszka, porcja rosółowa, seler , por, boczek (mięso wieprzowe 80%, woda, sól, hydrolizat białka sojowego , przyprawy i dodatki), cebula, natka, czosnek, majeranek, przyprawy w tym gorczyca); chleb 15g (<i>św. Hildegardy</i> – grys z ziarna orkiszowego, pełnoziarnista mąka orkiszowa, ziarna słonecznika, pełnoziarniste płatki orkiszowe, suszony zakwas z pełnoziarnistej mąki orkiszowej, mąka ze słodu jęczmiennego, cukier; płatki ziemniaczane, sól morską, drożdże, woda); Gołąbki 170g (łopatka wieprzowa, ryż biały, kapusta pekińska, cebula, olej rzepakowy, przyprawy), sos pomidorowy 70g (pomidory w puszcze (pomidory 70%, sok zagęszczony pomidorowy 30%, regulator kwasowości – kwas cytrynowy), marchew, pietruszka, koncentrat pomidorowy 30%, seler , mąka pszenna , śmietana 18%, przyprawy); ziemniaki gotowane 150g; rumianek 150ml (woda, cukier, rumianek), mandarynka 80g	Wartość energetyczna: 642kcal

Podwieczerek	Serek homogenizowany waniliowy Morele suszone	Serek homogenizowany waniliowy 150g (mleko, śmietanka, cukier, białka mleka , aromat, kultury bakterii mlekowych); morele suszone 10g (morele suszone bez pestek 99,8% (kraj pochodzenia – turcja), substancja konserwująca: dwutlenek siarki), woda mineralna 100ml;	Wartość energetyczna: 225kcal
ŚRODA			
Śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku Grahamka z polędwicą wieprzową i warzywami Melisa	Zupa mleczna - mleko 3,2% 180ml, płatki kukurydziane 15g (mąka kukurydziana, ekstrakt słodowy jęczmienny , cukier, sól, barwniki: karoteny, karmel), Bułka grahamka 25g (mąka pszenna graham, mąka pszenna , woda, mąka żytnia , drożdże, cukier, margaryna, sól, glukoza, mączka sojowa , enzymy); masło 5g; polędwica bez konserwantów 20g (mięso wieprzowe (100g wyrobu wyprodukowano ze 110g szynki wieprzowej)); papryka 20g, ogórek 20g; melisa 150ml (woda, miód, melisa)	Wartość energetyczna: 325kcal
Obiad	Zupa „4 pory roku” z chlebem Naleśniki z serem twarogowym i polewą jogurtową Kompot Jabłko	Zupa „4 pory roku” 250ml (ziemniaki, marchewka, brokuły, brukselka, fasolka szparagowa, mięso z kurcząt, por, pietruszka, seler , natka pietruszki, przyprawy w tym gorczyca); chleb 15g (<i>multi ziarno</i> - mąka pszenna , mąka żytnia , woda, mieszanka wieloziarnista (słonecznik, siemię lniane, płatki owsiane , śruta sojowa, sezam) drożdże, sól, kwas askorbinowy); Naleśniki z serem 210g (twaróg półtłusty, mąka pszenna , mleko 2%, miód, jaja, śmietana 18%, cukier, masło , olej rzepakowy); jogurt grecki 50g; jabłko 150g	Wartość energetyczna: 670kcal
Podwieczorek	Cebularz lubelski Gruszka	Cebularz 50g (mąką pszenna typ 500, drożdże, margaryna, woda, sól, cukier, cebula, mak); gruszka 50g, woda mineralna niegazowana 150ml,	Wartość energetyczna: 175kcal
CZWARTEK			
Śniadanie	Racuszki z jabłkami, jogurtem naturalnym i brzoskwinią Herbata owocowa	Racuszki z jabłkami 130g (mleko zsiadłe (mleko pasteryzowane, żywe kultury bakterii fermentacji mlekowe), mąka pszenna , jabłko, jaja , cukier, olej rzepakowy, soda oczyszczona); brzoskwinie 20g, jogurt naturalny 30g (mleko , żywe kultury bakterii jogurtowych); herbata owocowa 150ml (woda, miód, susz owocowy)	Wartość energetyczna: 345kcal

Obiad	Krem z marchwi z chlebem Pieczona pierś z kurczaka w sosie curry z kaszą bulgur i surówką z sałaty lodowej i papryki Lemoniada	Krem z marchwi 250ml (marchew, ziemniaki, pietruszka, seler , masło , sok pomarańczowy, cebula, pestki dyni, natka pietruszki, przyprawy w tym gorczyca); chleb 15g (<i>żytni wiosenny</i> -mąka żytnia typ 720, woda; mieszanka (płatki owsiane, słonecznik, płatki z pszenicy orkisz, siemię lniane, włókna roślinne (babki płesznik, cytryny, owsa , jabłka, pszenicy), nasiona dyni, sezam , kielki pszenicy , sól, skrobia ziemniaczana, gluten pszenny , słód jęczmienny), drożdże, margaryna, kwas askorbinowy); Pieczona pierś z kurczaka (filet z kurczaka 95g; marchew, pietruszka, seler , mąka pszenna , olej rzepakowy, przyprawy (w tym gorczyca); kasza bulgur 150g; surówka 80g (sałata lodowa, papryka, cebula, oliwa, musztard (gorczyca , jaja), przyprawy); lemoniada 150ml (woda, cytryna, miód)	Wartość energetyczna: 575kcal
Podwieczorek	Talerz owoców Wafle ryżowe	Owoce 200g (jabłko, gruszka, kaki, kiwi), wafle ryżowe 15g (ryż brązowy), woda mineralna 150ml	Wartość energetyczna: 195kcal
PIĄTEK			
Śniadanie	Ryż na mleku Bułka siedlecka z pastą jajeczną ze szczypiorkiem i warzywami Herbata z miodem	Zupa mleczna - mleko 3,2% 180ml, ryż 15g Bułka siedlecka 25g (mąka pszenna , woda, drożdże, cukier, mąka żytnia , sól, margaryna, olej rzepakowy, mąka sojowa , kwas askorbinowy); masło 5g, pasta jajeczna 35g (jaja , śmietana 18%, szczypior, sól, pieprz); papryka 20g; rzodkiewka 20g; herbata 150ml (woda, miód, herbata czarna)	Wartość energetyczna: 328kcal
Obiad	Rosół z makaronem Kotlet rybny z ziemniakami i surówką z czerwonej kapusty Herbata owocowa Herbatniki Be Be	Rosół z makaronem 250ml (porcja rosółowa, szponder wołowy, marchew, makaron czterojajeczny (mąka pszenna makaronowa, pasteryzowana masa jajowa (18%)=4jaja/1kg mąki, woda, kurkuma), pietruszka, seler , por, cebula, natka pietruszki, przyprawy w tym gorczyca); Kotlet rybny 90g (filet z ryby 80g (morszczuk), bułka wyborowa (mąka pszenna , woda, cukier, mąka żytnia , drożdże, sól, margaryna, cukier, mąka sojowa , olej rzepakowy, kwas askorbinowy), cebula, olej rzepakowy, bułka tarta (mąka pszenna , woda, drożdże, sól), jaja , przyprawy w tym gorczyca); ziemniaki 150g; surówka 60g (kapusta czerwona, cebula, olej, przyprawy); herbata owocowa 150ml (woda, cukier, susz owocowy), Herbatniki 16g (mąka pszenna , cukier, oleje roślinne, syrop cukru inwertowanego, serwatka w proszku (z mleka), tłuszcz roślinny (palmowy, częściowo utwardzony palmowy), emulgator (lecytyna sojowa), sól, substancje spulchniające (E 500, E 450), aromat);	Wartość energetyczna: 583kcal

Podwieczorek	Baton zbożowy z maliną i żurawiną Sok pomarańczowy	Baton 40g (produkty pochodzące ze zbóż 30 % (płatki owsiane , kasza kukurydziana, mąka kukurydziana, mąka ryżowa), syrop glukozowy, żurawina wielkoowocowa słodzona suszona 10,7% (żurawina, cukier trzcinowy, olej słonecznikowy), tłuszcze roślinne (palmowy nieutwardzony*, shea), cukier, serwatka w proszku (z mleka), substancja utrzymująca wilgoć: sorbitole; cukier trzcinowy, regulator kwasowości: kwas cytrynowy; malina liofilizowana 0,27 %, emulgator: lecytyny (z soi); sól, melasa trzcinowa, sól morska, aromaty); sok pomarańczowy 100% 100ml	Wartość energetyczna: 212kcal
--------------	---	---	---