

JADŁOSPIS

23.10.23r.

żurek na szynce wędzonej z jajkiem (woda , kości wędzone , szynka wędzona , ziemniaki , włoszczyzna w tym seler , cebula czosnek , żur pszenno-żytni , jajka , śmietana 30% z mleka, przyprawy) **220g/ 117kcal , węglowodany 24g, tłuszcze 7g, białka 4g** **ryż paraboliczny z jabłkami prażonymi i śmietaną** (ryż paraboliczny , jabłka prażone , cukier , śmietana 12% z mleka) **180g/300kcal , węglowodany 43g, tłuszcze 9g, białka 4g** **kompot wiśniowy** 150ml/59kcal

24.10.23r.

rosół z makaronem i natką pietruszki (woda , kury rosółowe , elementy kaczki i indyka, włoszczyzna w tym seler , natka przyprawy, mąka makaronowa) **220ml/320kcal , węglowodany 24g, tłuszcze 9g, białka 37g**
pieczeń z szynki w sosie czosnkowym , ziemniaki , marchewka tarta z ananasem (szynka wp., przyprawy , czosnek , bulion warzywny , mąka ziemniaczana , ziemniaki , marchewka , ananas , śmietana 12% z mleka , sól , cukier , chrzan) **210g/ 239kcal , węglowodany 24g , tłuszcze 6g, białka 18g**
kompot wiśniowy 150ml/59kcal

25.10.23r.

zupa ogórkowa z bukietem warzyw (woda , elementy kurczaka , ogórki kiszone , włoszczyzna w tym seler, ziemniaki , koper , cebula śmietana 30% z mleka , przyprawy) **220ml/150kcal , węglowodany 34g , tłuszcze 3g ,białka 5g**
gulasz z indyka z warzywami , kasza gryczana niepalona (udziec indyka , bukiet warzyw , mąka ziemniaczana , przyprawy , kasza gryczana biała , sól) **200g/ 289kcal , węglowodany 24g , tłuszcze 7g , białka 12g**
kompot jabłkowy 150ml/59kcal

26.10.23r.

krupniczek z komosą ryżową na rosole z bukietem warzyw (woda , elementy kurczaka, komosa ryżowa , ziemniaki ,włoszczyzna w tym seler, przyprawy) **220g/ 98kcal , węglowodany 15g, tłuszcze 2g, białka 4g**
pierogi po lubelsku na słodko z jogurtem (ser biały z mleka , mąka pszenna , cukier , cukier wanilinowy , kasza pszenna manna , jogurt z mleka) **190g/389kcal , węglowodany 45g , tłuszcze 15g, białka 30g**
kompot śliwkowy 150ml/59kcal

27.10.22r.

zupa krem z dyni z groszkiem ptysiovym (woda , elementy kurczaka , dynia , ziemniaki , przyprawy , mąka pszenna , masa jajowa) **220/118kcal , węglowodany 8g , tłuszcze 3g , białka 20g** **paluszki rybne z fileta ryby morskiej , ziemniaki , surówka z kiszonej kapusty z jabłkiem** (filet ryby morskiej , mąka pszenna , mąka kukurydziana ,przyprawy, ziemniaki , kapusta kiszona, marchewka , jabłka , cebula , olej rzepakowy , cukier) **200g/195kcal , węglowodany 14g, tłuszcze 9g, białka 10g** **kompot wieloowocowy** 150ml/59kcal

UWAGA : posiłki dodatkowo mogą zawierać śladowe ilości soi , gorczycy , sezamu , łubinu