

Dzień wolny

Dzień wolny

Dzień wolny

Dzień wolny

 **01.03.2024 Piątek**

Obiad

Zupa pomidorowa na wywarze warzywnym z makaronem

Składniki: woda, passata pomidorowa, marchew, makaron **pszenny** bezglutenowy, Śmietana 12% (**mleko**), cebula, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, koncentrat pomidorowy, 30%, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Paluszki rybne pieczone

Składniki: paluszki **rybne** mrożone

Ziemniaki z masłem i koperkiem

Składniki: ziemniaki, masło ekstra (**mleko**), koperek

Surówka z kapusty kiszzonej z marchewką

Składniki: kapusta kiszona, marchew, olej rzepakowy, cukier

Herbata owocowa

Składniki: woda, cukier, herbata owocowa

Jabłko

📅 04.03.2024 **Poniedziałek**

Obiad

Zupa ogórkowa

Składniki: woda, ziemniaki, ogórek kiszony, skrzydło indyka, marchew, Śmietana 18% (**mleko**), pietruszka, korzeń, por, **seler** korzeniowy, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Makaron z truskawkami i jogurtem greckim

Składniki: truskawki, mrożone, makaron **pszenny** bezjajeczny, jogurt grecki (**mleko**), cukier, cytryna

Herbata malinowa

Pomidorki koktajlowe

📅 05.03.2024 **Wtorek**

Obiad

Barszcz biały z makaronem

Składniki: woda, marchew, makaron **pszenny** czterojajeczny, zakwas na żurek (**żyto**), wieprzowina łopatką, Śmietana 18% (**mleko**), pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, sól biała, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy

Podudzie z kurczaka ze skórą

Ziemniaki z masłem i koperkiem

Składniki: ziemniaki, masło ekstra (**mleko**), koperek

Marchewka gotowana z masłem

Składniki: marchew, mrożona, masło ekstra (**mleko**)

Herbata owoce lasu, bez cukru

Składniki: woda, herbata owoce lasu

Gruszka

📅 06.03.2024 **Środa**

Obiad

Krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami na mięsie

Składniki: woda, ziemniaki, włoszczyzna krojona w paski, mrożona (**seler**), kurczak, tuszka, kasza **jęczmienna**, perlowa, natka pietruszki, sól biała, liść laurowy, ziele angielskie

Leczo z kielbasą z kurczaka, warzywami i makaronem pełnoziarnistym

Składniki: przecier pomidorowy, makaron pełnoziarnisty (**pszenica**), cukinia, kielbasa delikatesowa z kurczaka, cebula, papryka czerwona, pieczarki świeże, olej rzepakowy

Herbata owocowa

Składniki: woda, cukier, herbata owocowa

Banan

📅 07.03.2024 **Czwartek**

Obiad

Zupa fasolowa z ziemniakami

Składniki: włoszczyzna krojona w paski, mrożona (**seler**), ziemniaki, fasola biała, nasiona suche, boczek wędzony bez kości, natka pietruszki

Gulasz drobiowy w sosie pomidorowym z warzywami i ryżem.

Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, ryż biały, gotowany, bukiet warzyw królewski, woda, keczup, koncentrat pomidorowy, 30%, cebula, mąka **pszenna**, typ 450, olej rzepakowy

Woda z cytryną i miodem

Składniki: woda, cytryna, miód pszczeli

Ciasteczka żurawinowe Sante (**pszenica, owies**)

📅 08.03.2024 **Piątek**

Obiad

Zupa wiedeńska (kasza manna)

Składniki: włoszczyzna krojona w paski, mrożona (**seler**), kurczak, tuszka, wołowina szponder, kasza manna (**pszenica**), natka pietruszki

Makaron z łososiem, szpinakiem w sosie śmietanowym

Składniki: **łosoś** świeży, szpinak, mrożony, makaron **pszenny** bezjajeczny, Śmietana 18% (**mleko**), cebula, olej rzepakowy, czosnek, sól biała, pieprz

Woda

Jabłko

Jadłospis Marzec

📅 11.03.2024 **Poniedziałek**

Obiad

Zupa porowa z mięsem mielonym z indyka

Składniki: ziemniaki, por, mięso z udźca indyka, bez skóry, marchew, pietruszka, korzeń, **sele**r korzeniowy, serek śmietankowy (**mleko**), Śmietana 18% (**mleko**), olej rzepakowy

Pierogi ruskie (**pszenica**, **mleko**)

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Marchewka słupki

Składniki: marchew

📅 12.03.2024 **Wtorek**

Obiad

Zupa szczawiowa z ziemniakami i jajkiem

Składniki: woda, ziemniaki, szczaw konserwowy, marchew, pietruszka, korzeń, **sele**r korzeniowy, por, **jaja** kurze całe, Śmietana 12% (**mleko**), mięso z ud kurczaka, bez skóry, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Strogonow

Składniki: woda, wołowina rostbief, papryka czerwona, pieczarki świeże, ogórek kiszony, cebula, olej rzepakowy, koncentrat pomidorowy, 30%, mąka **pszenna**, typ 450, musztarda (**gorczyca**), czosnek, ziele angielskie, liść laurowy, papryka słodka, sól biała, majeranek, kmin rzymski, pieprz, papryka ostra

Bułka **pszenna** z ziarnami

Sok jabłkowy 100%

Jabłko

📅 13.03.2024 **Środa**

Obiad

Barszcz zabielały z ziemniakami

Składniki: woda, burak, ziemniaki, późne, włoszczyzna krojona w paski, mrożona (**sele**r), Śmietana 18% (**mleko**), natka pietruszki, masło ekstra (**mleko**)

Makaron z mięsem mielonym i warzywami w sosie pomidorowym

Składniki: wieprzowina szynka surowa, włoszczyzna krojona w paski, mrożona (**sele**r), makaron bezjajeczny z semoliny (**pszenica**), Żółta fasolka szparagowa, mrożona, cebula, pomidory w puszcze krojone, groszek zielony, olej rzepakowy

Woda

Gruszka

📅 14.03.2024 **Czwartek**

Obiad

Kapuśniak ze słodkiej kapusty z ziemniakami

Składniki: woda, ziemniaki, kapusta biała, kurczak, tuszka, Żeberka wieprzowe wędzone, wieprzowina żeberka, marchew, pietruszka, korzeń, **sele**r korzeniowy, por, natka pietruszki, koncentrat pomidorowy, 30%, sól biała, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy

Ryż z warzywami w sosie pomidorowym

Składniki: ryż biały, włoszczyzna krojona w paski, mrożona (**sele**r), pomidory w puszcze krojone

Herbata czarna, bez cukru

Składniki: woda, herbata czarna

Jabłko

📅 15.03.2024 **Piątek**

Obiad

Zupa ziemniaczana na wywarze warzywnym

Składniki: woda, ziemniaki, włoszczyzna krojona w paski, mrożona (**sele**r), Śmietana 18% (**mleko**), masło ekstra (**mleko**), natka pietruszki

Filet z **pstrąga** pieczony

Składniki: **pstrąg** tęczowy świeży, bułka tarta (**pszenica**), **jaja** kurze całe, olej rzepakowy

Puree ziemniaczane

Składniki: ziemniaki, **mleko** krowie, 2% tłuszczu

Surówka z marchewki, jabłka i selera z jogurtem greckim

Składniki: marchew, jabłko, **sele**r korzeniowy, rodzynki, suszone

Woda z cytryną i miodem

Składniki: woda, cytryna, miód pszczeli

Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez **podkreślenie**.

 **18.03.2024** **Poniedziałek**

Obiad

Żurek z ziemniakami kielbasą i boczkem

Składniki: ziemniaki, włoszczyzna krojona w paski, mrożona (**seler**), zakwas na żurek (**żyto**), boczek wędzony bez kości, Śmietana 12% (**mleko**), kielbasa śląska, natka pietruszki

Ryż z jabłkami i śmietaną

Składniki: ryż biały, jabłko, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, Śmietana 18% (**mleko**), cukier, olej rzepakowy

Herbata truskawkowa

Pomidorki koktajlowe

 **19.03.2024** **Wtorek**

Obiad

Rosół drobiowy z makaronem

Składniki: woda, marchew, makaron **pszenny** bezjajeczny, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, mięso z ud kurczaka, bez skóry, por, mięso ze skrzydeł indyka, bez skóry, wołowina szponder, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Pieczony kotlet mielony z piersi kurczaka

Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, olej rzepakowy, cebula, **jaja** kurze całe, bułka tarta (**pszenica**), bułki **pszenne** zwykłe

Puree ziemniaczane z mlekiem

Składniki: ziemniaki, **mleko** krowie, 2% tłuszczu

Buraczki zasmażane

Składniki: burak, olej rzepakowy, mąka **pszenna**, typ 450, cytryna, sól biała, pieprz

Woda

Jabłko

 **20.03.2024** **Środa**

Obiad

Zupa buraczkowa na wywarze warzywnym

Składniki: woda, burak, ziemniaki, marchew, cebula, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, sok ze świeżej cytryny, Śmietana 18% (**mleko**), olej rzepakowy, czosnek, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Makaron z warzywami i mozzarellą w sosie pomidorowym

Składniki: makaron **pszenny** bezjajeczny, włoszczyzna krojona w paski, mrożona (**seler**), ser mozzarella (**mleko**), pulpa pomidorowa, olej rzepakowy, natka pietruszki, czosnek

Kompot wieloowocowy bez cukru

Składniki: woda, jabłko, Śliwki bez pestek, mrożone, truskawki, mrożone, wiśnie bez pestek, mrożone

Mieszanka studencka (orzechy)

 **21.03.2024** **Czwartek**

Obiad

Zupa kalafiorowa

Składniki: woda, kalafior, ziemniaki, marchew, mięso z ud kurczaka, bez skóry, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, Śmietana 18% (**mleko**), por, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Kaszotto jaglane z warzywami i kurczakiem

Składniki: kasza jaglana, mięso z piersi kurczaka, bez skóry, marchew, papryka czerwona, cukinia, groszek zielony, cebula, olej rzepakowy, czosnek

Herbata owocowa, bez cukru

Składniki: woda, herbata owocowa

Jabłka suszone

 **22.03.2024** **Piątek**

Obiad

Zupa owocowa z makaronem

Składniki: woda, wiśnie bez pestek, mrożone, Śliwki bez pestek, mrożone, makaron **pszenny** bezjajeczny, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (**mleko**), cukier

Filet z dorsza panierowany

Składniki: **dorsz** świeży, filety bez skóry, **jaja** kurze całe, bułka tarta (**pszenica**), mąka **pszenna**, typ 450, olej rzepakowy

Ziemniaki z masłem i koperkiem

Składniki: ziemniaki, masło ekstra (**mleko**), koperek

Surówka z kapusty kiszzonej z marchewką

Składniki: kapusta kiszona, marchew, olej rzepakowy, cukier

Herbata miętowa, bez cukru

Składniki: woda, herbata miętowa

Jabłko

 **25.03.2024** **Poniedziałek**

Obiad

Zupa koperkowa z lanymi kluskami

Składniki: woda, marchew, mięso z ud kurczaka, bez skóry, Śmietana 18% (**mleko**), pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, **jaja** kurze całe, koperek, mąka **pszenna**, typ 450, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Placki ziemniaczane ze śmietaną

Składniki: ziemniaki, późne, Śmietana 12% (**mleko**), mąka **pszenna**, typ 450, cebula, cukier, olej rzepakowy, **jaja** kurze całe

Kompot jabłkowy

Składniki: woda, jabłko

Marchewka słupki

Składniki: marchew

 **26.03.2024** **Wtorek**

Obiad

Zupa pomidorowa z makaronem

Składniki: woda, passata pomidorowa, marchew, makaron **pszenny** bezjajeczny, Śmietana 12% (**mleko**), skrzydło indyka, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, koncentrat pomidorowy, 30%, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Bitki schabowe w sosie własnym

Składniki: wieprzowina schab surowy bez kości, woda, olej rzepakowy, mąka **pszenna**, typ 450

Puree ziemniaczane

Składniki: ziemniaki, **mleko** krowie, 2% tłuszczu

Marchewka z groszkiem na parze

Składniki: marchew z groszkiem, mrożona

Woda z cytryną i miodem

Składniki: woda, cytryna, miód pszczeli

Gruszka

 **27.03.2024** **Środa**

Obiad

Zapiekanka makaronowa z mięsem mielonym

Składniki: pomidor, wieprzowina szynka surowa, makaron bezjajeczny z semoliny (**pszenica**), ser gouda tłusty (**mleko**), cebula, papryka czerwona, mrożona, brokuły, mrożone, masło ekstra (**mleko**), olej rzepakowy, czosnek, natka pietruszki, sól biała, pieprz, papryka słodka

Kompot

Składniki: mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Jabłko

Zupa cebulowa z ziemniakami

Składniki: ziemniaki, cebula, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, olej rzepakowy, por

Dzień wolny

Dzień wolny