



## **JADŁOSPIS 07.01- 17.01.2025r**

<b>DATA</b>	<b>OBIAD</b>
<b>Wtorek</b> <b>07.01. 2025</b>  <b>Kcal 630</b>	<i>Zupa zimowa z cieciorą i ziemniakami 300ml</i> <i>/ mieszanka warzywna b. selera, brukselka, fasolka szparagowa , kurczak, pietruszka natka/</i> <b>Makaron z białym serem 200g</b> <i>/ mąka pszena, jaja, mleko, olej, twaróg, jogurt, cukier waniliowy/</i> <i>Mus owocowy</i> <i>kompot truskawkowy 250ml</i>
<b>Środa</b> <b>08.01.2025</b>  <b>Kcal 640</b>	<i>Zupa chrzanowa z ziemniakami na rosole 300ml,</i> <i>/ ziemniaki, por, chrzan , marchew, pietruszka, kurczak/</i> <b>Kaszotto z warzywami 80g</b> <i>Gulasz z indyka w sosie paprykowym 90g/80ml</i> <i>Kompot gruszkowo-jabłkowy 250ml</i>

<p><b>Czwartek</b> <b>09.01.2025</b></p> <p><b>Kcal 650</b></p>	<p><i>Zupa jarzynowa z makaronem i natką pietruszki 300ml</i> /kurczak , <b>śmietana</b>, mieszanka wielowarzywna, marchew, pietruszka, seler, por, mąka <b>pszenna</b>, <b>jaja</b>/</p> <p><i>ziemniaki z koperkiem 200g</i> <i>sznycel drobiowy 90g</i> /udziec drobiowy, jaja, cebula, olej, mąka <b>pszenna</b>/</p> <p><i>Surówka Colesław 120g</i> /kapusta , ogórek kiszony, marchew, cebula, oliwa , <b>jogurt</b> /</p> <p><i>kompot owocowy 250ml</i></p>
<p><b>Piątek</b> <b>10.01.2025</b></p> <p><b>Kcal 620</b></p>	<p><i>Żurek z ziemniakami i jajkiem na wędzonce 300ml,</i> /żurek zakwas, marchew, pietruszka, cebula, <b>śmietana</b>, żeberka wędzone, <b>jaja</b>/</p> <p><i>Ryż z koktajlem z owoców mieszanych 200g</i> /jogurt, jagody/</p> <p><i>kompot truskawkowy 250ml</i> <i>Mandarynka</i></p>
<p><b>Poniedziałek</b> <b>13.01.2025</b></p> <p><b>Kcal 630</b></p>	<p><i>Krupnik zabielały z ziemniakami 300ml</i> /marchew, pietruszka, <b>seler</b>, kapusta włoska, cebula, kasza jaglana, ziemniaki, mąka <b>pszenna</b> ,<b>śmietana</b>/</p> <p><i>Spaghetti z mięsem sosem z pomidorów z oregano, tymiankiem 200g</i> /mąka <b>pszenna</b>, <b>jajko</b>, olej, cebula, szynka wieprzowa, pomidory pellati, <b>ser parmezan</b>/</p> <p><i>sok wiśniowo - jabłkowy 250ml</i></p>
<p><b>Wtorek</b> <b>14.01.2025</b></p> <p><b>Kcal 650</b></p>	<p><i>Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml</i> / ogórek kiszony, marchew, pietruszka, cebula, mąka <b>pszenna</b>, <b>śmietana</b>/</p> <p><i>gulasz wieprzowy 90g/80ml,</i> / szynka, mąka <b>pszenna</b>, olej, koper, cebula /</p> <p><i>kasza gryczana 60g</i> <i>Kapusta czerwona 120g</i> <i>sok gruszkowo- jabłkowy 250ml</i></p>
<p><b>Środa</b> <b>15.01.2025</b></p> <p><b>Kcal 620</b></p>	<p><i>Zupa chrzanowa z ziemniakami na rosole 300ml,</i> / ziemniaki, por, chrzan , marchew, pietruszka, kurczak/</p> <p><i>Pierogi z twarogiem na słodko 200g</i> /mąka <b>pszenna</b>, <b>jaja</b>, olej, <b>twaróg</b>, <b>śmietana</b> /</p> <p><i>kompot z owoców mieszanych 250ml</i> <i>mus jogurtowy z mango 150ml</i></p>

<p><b>Czwartek</b> <b>16.01.2025</b></p> <p><b>Kcal 650</b></p>	<p><i>Zupa koperkowa z makaronem 300ml</i> <i>/ marchew, pietruszka, kurczak, koper, mąka <b>pszenna</b>, śmietana/</i> <i>Karczek pieczony w sosie własnym 90g/80ml</i> <i>/karczek, mąka, olej, cebula, mąka pszenna/</i> <i>Ziemniaki puree 200g</i> <i>Ćwikła 120g</i> <i>Kompot owocowy 250ml</i></p>
<p><b>Piątek</b> <b>17.01.2025</b></p> <p><b>Kcal 640</b></p>	<p><i>Krem paprykowo-pomidorowy z groszkiem ptysiowym 300ml</i> <i>/ por, <b>seler</b>, pietruszka, marchew, mąka <b>pszenna</b>, pomidory pellati, papryka, śmietana/</i> <i>Ryba panierowana 90g</i> <i>/dorsz, <b>jaja</b>, mąka <b>pszenna</b>, olej/</i> <i>ziemniaki z koperkiem 200g,</i> <i>sałatka szwedzka z kapusty kiszonej z papryką, ogórkiem kiszonym 120g</i> <i>kompot śliwka-jabłko 250ml</i></p>

**Smacznego !!!**

