

JADŁOSPIS

16.06.2025 – 26.06.2025

16.06.2025 PONIEDZIAŁEK	ZUPA KALAFIOROWA 400ml (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, cebula, kalafior, śmietana, natka pietruszki, masło, ziemniaki, przyprawy) (śmietana – skład: śmietanka pasteryzowana, skrobia, kultury bakterii mlekowych) MAKARON z truskawkami 250g (makron świderki, truskawki, śmietana, jogurt naturalny, przyprawy) (śmietana – skład: śmietanka pasteryzowana, skrobia, kultury bakterii mlekowych) KOMPOT z owoców mieszanych 200ml (woda, truskawka, wiśnia, czarna porzeczka, śliwka, czerwona porzeczka, cukier biały) DESER: banan Kcal: 680,09 B: 18,51 T: 9,74 W: 124,13
17.06.2025 WTOREK	KRUPNIK z ryżu 400ml (wywar wieprzowy, ryż paraboliczny, marchew, pietruszka, seler, por, cebula, koper, przyprawy) FILET z piersi kurczaka panierowany 120g (filet z piersi kurczaka, mąka pszenna, jaja kurze, bułka tarta, przyprawy) ZIEMNIAKI 200g MIZERIA 100g (ogórek świeży, śmietana, jogurt naturalny, przyprawy) SOK tłoczony 200ml (sok jabłkowy 80% / gruszkowy 20% / aroniowy 20% / wiśniowy 20% / marchwiowy 20%) DESER: gruszka Kcal: 687,74 B: 40,25 T: 9,56 W: 84,51
18.06.2025 ŚRODA	ZUPA WIEJSKA regionalna 400ml (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, cebula, czosnek, kapusta biała, koncentrat pomidorowy, koper, natka pietruszki, śmietana, ziemniaki, przyprawy) (śmietana – skład: śmietanka pasteryzowana, skrobia, kultury bakterii mlekowych) GULASZ mięsny wieprzowy w sosie własnym 120g (mięso wieprzowe, cebula, olej rzepakowy, czosnek, mąka pszenna, przyprawy) KASZA JĘCZMIENNA na sypko 120g OGÓREK konserwowy 50g KOMPOT z czarnej porzeczki 200ml (woda, czarna porzeczka, cukier biały) DESER: mandarynka Kcal: 719,19 B: 33,46 T: 33,10 W: 67,51 PODWIECZOREK: <u>Jogurt naturalny Primo „Zott” 180 g</u> (skład: mleko, białka mleka, żywe kultury bakterii) Kcal: 120,60 B: 8,64 T: 5,58 W: 7,20

23.06.2025 PONIEDZIAŁEK	<u>ZUPA FASOŁOWA</u> 400ml (wywar wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, por, fasola typu „jaś”, masło, koper, natka pietruszki, ziemniaki, przyprawy) <u>JAJKO sadzone</u> 120g (jaja kurze, olej rzepakowy, przyprawy) <u>ZIEMNIAKI</u> 180g <u>SURÓWKA z marchwi, jabłkiem i ananasem</u> 100g (marchew, jabłko, ananas w syropie, sok z cytryny, jogurt naturalny, przyprawy) <u>KOMPOT z czarnej porzeczki</u> 200ml (woda, czarna porzeczka, cukier biały) <u>DESER:</u> kiwi Kcal: 713,14 B: 34,35 T: 20,95 W: 88,72
24.06.2025 WTOREK	<u>ZUPA BROKUŁOWA</u> 400ml (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, brokuły, śmietana, koper, natka pietruszki, masło, ziemniaki, przyprawy) (śmietana – skład: śmietanka pasteryzowana, skrobia, kultury bakterii mlekowych) <u>A’LA GOŁĄBKI z sosem pomidorowym</u> 150g (kapusta biała, mięso wieprzowe, ryż paraboliczny, cebula, jaja kurze, czosnek, passata pomidorowa, natka pietruszki, przyprawy) <u>ZIEMNIAKI</u> 200g <u>SAŁATA ze śmietaną</u> 60g (sałata, śmietana, jogurt naturalny, przyprawy) <u>SOK tłoczony</u> 200ml (sok jabłkowy 80% / gruszkowy 20% / aroniowy 20% / wiśniowy 20% / marchwiowy 20%) <u>DESER:</u> banan Kcal: 713,41 B: 36,31 T: 10,96 W: 97,89
25.06.2025 ŚRODA	<u>ZUPA POMIDOROWA z makaronem</u> 400ml (wywar drobiowy, makaron świderki, passata pomidorowa, marchew, pietruszka, seler, por, cebula, natka pietruszki, śmietana, czosnek, przyprawy) (śmietana – skład: śmietanka pasteryzowana, skrobia, kultury bakterii mlekowych) <u>UDZIEC pieczony z kurczaka</u> 120g (udziec z kurczaka, olej rzepakowy, przyprawy) <u>ZIEMNIAKI puree</u> 200g (ziemniaki, mleko, masło) <u>SURÓWKA z kapusty pekińskiej</u> 100g (kapusta pekińska, marchew, kukurydza, jogurt naturalny, ogórek świeży, papryka czerwona, przyprawy) <u>KOMPOT wiśniowy</u> 200ml (wiśnie mrożone, woda, cukier biały) <u>DESER:</u> mandarynka Kcal: 711,97 B: 34,75 T: 27,62 W: 75,22
26.06.2025 CZWARTEK	<u>ZUPA PIECZARKOWA</u> z makaronem 400ml (wywar drobiowy, makaron świderki, pieczarki, marchew, pietruszka, seler, śmietana, cebula, natka pietruszki, koper, masło, przyprawy) (śmietana – skład: śmietanka pasteryzowana, skrobia, kultury bakterii mlekowych) <u>KURCZAK z warzywami w sosie słodko-kwaśnym</u> 220g (filet z piersi kurczaka, marchew, pietruszka, seler, por, mąka pszenna, ogórek konserwowy, papryka konserwowa, koncentrat pomidorowy, przyprawy) <u>RYŻ paraboliczny</u> 120g

	KOMPOT wiśniowy 200ml (wiśnie mrożone, woda, cukier biały DESER: gruszka Kcal: 644,12 B: 37,64 T: 7,13 W: 67,76
--	--

Zgodnie z informacjami od producentów produkty użyte do sporządzenia obiadów mogą zawierać: gluten, mleko, jaja, soję, seler, orzechy, sezam, gorczycę.

Występujące alergeny zostały wyróżnione pogrubionym drukiem.

Do przygotowania posiłków używane są przyprawy: pieprz naturalny, sól, ziele angielskie, oregano, bazylia, liść laurowy, majeranek, cynamon, zioła prowansalskie, tymianek, kurkuma, gałka muskatołowa, papryka słodka, papryka ostra, przyprawa do potraw „smak natury”, sok z cytryny, miód, cukier biały, cukier waniliowy.

Intendent zastrzega sobie z przyczyn niezależnych możliwe zmiany w jadłospisie.

Wydawanie obiadów: do dnia 26.06.2025

ŻYCZYMY UDANYCH WAKACJI 😊

DO ZOBACZENIA WE WRZEŚNIU!!!