

Intendentpro **Jadłospis nr 2/2024**

📅 **15.04.2024** **Poniedziałek**

Obiad

ZUPA kalafiorowa zabelana 250-300ml

Składniki: ziemniaki, kalafior, włoszczyzna krojona w paski (**seler**), porcja rosółowa, Śmietanka 30% (**mleko**), sól morska jodowana, koperek, natka pietruszki, vegeta natur, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz

ŁAZANKI z mięsem i kapustą kiszoną 200g

Składniki: wieprzowina łopatka, makaron **pszenny** bezjajeczny, kapusta kiszona, cebula, olej rzepakowy, ziele angielskie, liść laurowy, sól morska jodowana, vegeta natur, pieprz

SOK owocowy 100% b/c 200ml

Składniki: sok pomarańczowy 100%, sok jabłkowy 100%

CIASTKA francuskie z nadzieniem 20-25g

Składniki: ciastka francuskie z nadzieniem (**pszenica, mleko**)

Energia: 576 kcal

📅 **16.04.2024** **Wtorek**

Obiad

ROSÓŁ z makaronem 250-300ml

Składniki: skrzydło indyka, makaron durum, swojski (**pszenica, jajka**), marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, natka pietruszki, vegeta natur, kurkuma, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, sól morska jodowana

KLUSKI śląskie 80-100g

Składniki: kluski śląskie (**pszenica**), sól morska jodowana, olej rzepakowy

SCHAB duszony w sosie własnym 100g (60/40g)

Składniki: wieprzowina schab surowy bez kości, olej rzepakowy, mąka **pszenna**, typ 500, sól morska jodowana, majeranek, czosnek, pieprz, vegeta natur

SURÓWKA z selera, jabłka z rodzynkami i majonezem 100g

Składniki: **seler** korzeniowy, jabłko, majonez (**jajka, gorczyca**), rodzynki, suszone, sól morska jodowana, cytryna

HERBATA ICE TEA z miętą 200ml

Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna, mięta świeża

Energia: 610 kcal

📅 **17.04.2024** **Środa**

Obiad

BARSZCZ czerwony zabelany 250-300ml

Składniki: ziemniaki, późne, burak, włoszczyzna krojona w paski (**seler**), wieprzowina żeberka, sól morska jodowana, Śmietanka 30% (**mleko**), koncentrat barszczu czerwonego (**seler**), cukier, natka pietruszki, koperek, ocet jabłkowy 6%, liść laurowy, vegeta natur, ziele angielskie, pieprz

Chleb pradawny żytnio - **pszenny** na maślance

RISOTTO z kurczakiem i warzywami 250g

Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, papryka czerwona, ryż preparowany, kukurydza, mrożona, olej rzepakowy, czosnek, kurkuma, sól morska jodowana, pieprz, vegeta natur

OGÓREK KISZONY słupki 60g

Składniki: ogórek kiszony

HERBATA owocowa-ziółowa o smaku maliny 200ml

Składniki: woda, cukier, herbata owocowa

PALUCH kukurydziany b/k 2g

Składniki: paluchy kukurydziane b/k

Energia: 580 kcal

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

📅 **18.04.2024** **Czwartek**

Obiad

ZUPA koperkowa z zacierką zabelana 250-300ml

Składniki: włoszczyzna krojona w paski (**seler**), makaron zacierka (**pszenica, jajka**), porcja rosółowa, Śmietanka 30% (**mleko**), koperek, sól morska jodowana, vegeta natur, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

ZIEMNIAKI puree 120-150g

Składniki: ziemniaki, **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, sól morska jodowana

RYBA po grecku 150g(ryba 80g/sos 70g)

Składniki: **miruna** świeża, filety bez skóry (**ryba**), marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, olej rzepakowy, cebula, **jaja** kurze całe, bułka tarta (**pszenica**), koncentrat pomidorowy, 30%, mąka **pszenna**, typ 500, pieprz cytrynowy, sól morska jodowana, vegeta natur, liść laurowy, papryka słodka, ziele angielskie

SOK jabłkowy 100% b/c 200ml

Składniki: sok jabłkowy 100%

BISZKOPT tradycyjny 4-8g

Składniki: biszkopty tradycyjne (**pszenica, jajka**)

Energia: 568 kcal

📅 **19.04.2024** **Piątek**

Obiad

ZUPA grochowa 250-300ml

Składniki: ziemniaki, groch, nasiona suche, włoszczyzna krojona w paski (**seler**), boczek wędzony bez kości, natka pietruszki, sól morska jodowana, majeranek, koperek, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, vegeta natur

BATON pszenny 15-30g

Składniki: baton **pszenny**

PIEROGI z serem z masełkiem 135-140g

Składniki: pierogi z serem (**pszenica, jajka, mleko**), olej rzepakowy, masło ekstra (**mleko**), cukier, sól morska jodowana

WODA z cytryną i miętą 200ml

Składniki: woda, cytryna, mięta

WARZYWA w słupki 45g

Składniki: marchew, ogórek, papryka czerwona

Energia: 667 kcal