

JADŁOSPIS  
LUTY 2020

10.02	11.02	12.02	13.02	14.02
PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK
<p><b>Zupa:</b> zupa ogórkowa</p> <p><b>Dania główne:</b> spaghetti z sosem bolońskim i tartym serem</p> <p>Zapiekanka z kaszą kuskus kurczakiem curry, warzywami i serem cheddar</p> <p><b>Napój:</b> napar mięta z miodem i cytryną</p> <p>alergeny : 1,2,3</p>	<p><b>Zupa:</b> Krupnik z kaszy jaglanej</p> <p><b>Dania główne:</b> Pałeczki z kurczaka z miodem, talarki ziemniaczane, groszek z marchewką</p> <p>risotto z warzywami z sałatką z pomidorów i jogurtu greckiego</p> <p><b>Napój:</b> sok z czarnej porzeczki</p> <p>alergeny : 1,2,3</p>	<p><b>Zupa:</b> Krem pomidorowy ze śmietanką</p> <p><b>Dania główne:</b> Tradycyjny kotlet schabowy z ziemniakami z wody i surówką z pora, ogórków i cebulki</p> <p>Naleśniki z twarogiem Podane z prażonymi jabłkami i musem mango i bananami</p> <p><b>Napój:</b> sok pomarańczowy</p> <p>alergeny : 1,2,3,5</p>	<p><b>Zupa:</b> Krem z kalafiora z czosnkiem niedźwiedzim</p> <p><b>Dania główne:</b> Jabłka w cieście cynamonowym z jogurtem wiśniowym i polewą z białej czekolady</p> <p>lasagne po bolońsku z serem gouda</p> <p><b>Napój:</b> Napój ananasowy</p> <p>alergeny : 1,2,3</p>	<p><b>Zupa:</b> kapuśniak</p> <p><b>Dania główne:</b> Mintaj w cieście curry , tłuczone ziemniaczki ze śmietaną i koperkiem</p> <p>sałatka szwedzka</p> <p>Burrito z kurczakiem, kukurydzą i serem cheddar , salsa</p> <p>Pomidorowa, sos śmietanowy</p> <p><b>Napój:</b> Sok grejfrutowy</p> <p>alergeny : 1,2,3</p>

17.02	18.02	19.02	20.02	21.02
PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK
<p><b>Zupa:</b> Krem pieczarkowy</p> <p><b>Dania główne:</b> Potrawka z kurczaka z ryżem i groszkiem z marchewką</p> <p>Szynka z pieca w lekkim sosie pieczeniowo warzywnym ( bez mąki ) podana z kaszą kuskus i surówką z czerwonej kapusty</p> <p><b>Napój:</b> Napar z owoców leśnych</p> <p>alergeny : 1,2,3</p>	<p><b>Zupa:</b> rosół z makaronem</p> <p><b>Dania główne:</b> sznycel drobiowy w jajku, ziemniaczki gotowane z masełkiem, surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem i jogurtem greckim</p> <p>Kotleciki serowo ryżowe z kaszą kuskus i fasolką szparagową</p> <p><b>Napój:</b> sok ananasowy z maliną</p> <p>alergeny : 1,2,</p>	<p><b>Zupa :</b> Zupa jarzynowa z fasolką i śmietanką</p> <p><b>Dania główne:</b> Indyk ala strogonoff podany z włoskimi kluseczkami gnocchi i buraczkami</p> <p>Jajka sadzone podane z potatas bravas i warzywami z grilla</p> <p><b>Napój:</b> Smoothie bananowo malinowe</p> <p>alergeny : 1,2,3,5</p>	<p><b>Zupa:</b> Zupa pomidorowa z makaronem</p> <p><b>Dania główne:</b> Gulasz z łopatki w sosie pieczeniowym, pyzy na parze i ogórki kiszone</p> <p>Pierogi bounty ( czekolada z kokosem ) podane z twarogiem i musem mango, banan</p> <p><b>Napój:</b> Sok jabłkowy z wiśnią</p> <p>alergeny : 1,2,3</p>	<p><b>Zupa:</b> barszcz zabieleny z makaronem</p> <p><b>Dania główne:</b> Paluszki rybne, puree z ziemniaków, surówka z kapusty z pietruszką</p> <p>Kebab drobiowy z warzywami z czerwonym ryżem i słodko kwaśnymi ogórkami</p> <p><b>Napój:</b> Napar z rumianku z nutką pomarańczy</p> <p>alergeny : 1,2,3,5</p>

# JADŁOSPIS

24.02	25.02	26.02	27.02	28.02
PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK
<p><b>Zupa:</b> krem z batatów i marchewki</p> <p><b>Dania główne:</b>   spaghetti napoli z tartym serem                      zapiekanka chłopska z ziemniakami boczkiem, ogórkiem kiszonym i serem</p> <p><b>Napój:</b> Napar z owoców leśnych z maliną</p> <p>alergeny : 1,2,3</p>	<p><b>Zupa:</b> barszcz ukraiński</p> <p><b>Dania główne:</b>   Fileciki z kurczaka w panierce z płatków kukurydzianych z ziemniaczkami z wody i surówką z białej kapusty z kukurydzą i bazylią                      Pierogi z serem, podane jabłkami</p> <p><b>Napój:</b> Sok bananowy z żurawiną</p> <p>alergeny : 1,2,3,5</p>	<p><b>Zupa:</b> Pomidorowa z ryżem</p> <p><b>Dania główne:</b>                      Pierogi ruskie z cebulką i boczkiem                      Makaron farfalle z sosem carbonara, brokuły gotowane na parze</p> <p><b>Napój:</b> Sok pomarańczowy</p> <p>alergeny : 1,2,3</p>	<p><b>Zupa:</b> Zupa ogórkowa</p> <p><b>Dania główne:</b>   klasyczne kotleciki mielone, podane z ziemniakami, masełkiem i koperkiem oraz surówką z kiszonej kapusty                      lasagne ze szpinakiem i serem gouda</p> <p><b>Napój:</b>   lemoniada cytrynowo lemonkowa</p> <p>alergeny : 1,2,3,4,5</p>	<p><b>Zupa:</b> włoski krem warzywny</p> <p><b>Dania główne:</b>                      Panierowany morszczuk z ziemniaczkami z wody z koperkiem, surówka z kiszonej kapusty z jabłkiem                      kaszotto na styl indyjski z kaszy bulgur z kurczakiem curry, dynią i ananasem</p> <p><b>Napój:</b> Kompot z rabarbaru i jabłek</p> <p>alergeny : 1,2,3,5</p>


## JADŁOSPIS

**GRAMATURY** : zupy:250-300ml , napoje 200ml, kasza, ryż, skrobia: 150gr, warzywa, surówki: 100-120gr, mięsa: 90-110gr, ryby 90-110gr, sosy, dodatki 40-60gr.

**ALERGENY POKARMOWE** : Mleko oraz jego przetwory (1); Gluten (2) ; Jajka i produkty pochodne (3) ; Seler i produkty pochodne (4) ; Ziarno sezamu ; Soja, Orzechy (5)



TAK OZNACZAMY DANIA BEZGLUTENOWE



TAK OZNACZAMY DANIA WEGETARIAŃSKIE

ALERGENY POKARMOWE : Mleko oraz jego przetwory ; Gluten ; Jajka i produkty pochodne ; Seler i produkty pochodne ; Ziarno sezamu ; Soja, Orzechy