JADŁOSPIS LISTOPAD

			kcal	gramatura [g]	alergeny
wtorek	I danie	**pomidorowa z ryżem** Skład:wywar warzywny, marchew, seler, por, pietruszka korzeń, pomidory pellatti, przecier pomidorowy, bazylia, śmietana 18%, ryż biały	244	350	7,9
3.11.2026	II danie	**polędwiczki z kurczaka z ziemniakami po krakowsku i surówka coleslaw** Skład:polędwiczki z kurczaka, jajka, bułka tarta, mąka pszenna, olej rzepakowy. Skład:ziemniaki, zioła prowansalskie, olej rzepakowy, papryka czerwona słodka. Skład:biała kapusta, marchew, cebula, majonez	539	390	1,3,7
	płyny	**woda mineralna niskozmineralizowana**			
środa	I danie	**rosół z makaronem i świeżą pietruszką** Skład: cały kurczak, kości wołowe, marchew, seler, por, pietruszka korzeń, cebula podpalana, nać pietruszki, makaron pszenny	243	350	1,3,9
4.11.2026	II danie	**makaron pełnoziarnisty z łososiem w sosie śmietanowo-ziołowym oraz owoc** Skład:makaron pełnoziarnisty. Skład:filet z łososia bez skóry, śmietana 18%, olej rzepakowy, czosnek, sok z cytryny, gałka muszkatołowa, koperek świeży	546	390	1,3,4,7
	płyny	**woda mineralna niskozmineralizowana**			
czwartek	I danie	**barszcz czerwony z uszkami** Skład:zakwas barszczu czerwonego, buraki czerwone, majeranek, czosnek, merchew, seler, por, pietruszka korzeń, mąka pszenna, olej rzepakowy, mięso wołowe z bulionu, cebula	242	350	1,3,9
5.11.2026	II danie	**pulpeciki z indyka w delikatnym sosie pomidorowym z kaszą pęczak oraz miks sałat z pomidorkami koktajlowymi i kiełkami** Skład:filet z indyka, jajko, cebula, mąka owsiana, przetarte pomidory, przecier pomidorowy. Skład:kasza pęczak. Skład: rukola, sałata masłowa, roszponka, pomidory koktajlowe, kiełki, olej rzepakowy, sok z cytryny	531	390	1,3
	płyny	**woda mineralna niskozmineralizowana**			
piątek	I danie	**ogórkowa z ziemniakami** Skład:wywar warzywny, marchew, seler, por, pietruszka korzeń, ogórki kiszone, śmietana 18%, ziemniaki	240	350	7,9
6.11.2026	II danie	**pieczone placki z cukinii i białej fasoli, surówka z marchewki z jabłkiem oraz owoc** Skład: cukinia, biała fasola, czosnek, mąka pszenna pełnoziarnista, olej rzepakowy. Skład: marchew, jabłko	524	390	1,3
	płyny	**woda mineralna niskozmineralizowana**			

Lista alergenów
1. Zboża zawierające gluten, tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne
3. Jaja i produkty pochodne
4. Ryby i produkty pochodne
7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
9. Seler i produkty pochodne

