



PLACÓWKA:

KAMIEŃSKIEGO – SP 20

DATA:

27.11 - 08.12.2023r.

OBIAD

Poniedziałek 27.11	Zupa ogórkowa z ziemniakami (pszenica, seler, mleko) 350ml Gulasz wieprzowy z majerankiem (pszenica) 150g, kasza jęczmienna 150g, surówka z marchewki, fasolki szparagowej i winegret (gorczyca) 70g Kompot cytrusowy z miętą 200ml, owoc 1szt.	Poniedziałek 04.12	Zupa kalafiorowa z ziemniakami (pszenica, mleko, seler) 350ml Spaghetti z sosem bolońskim z mięsem z szynki (pszenica) 220g, fasolka szparagowa z sezamem 70g, kompot cytrynowy z dziką różą 200ml, owoc 1 szt.
Wtorek 28.11	Zupa pomidorowa z makaronem (mleko, seler, pszenica) 350ml Udko pieczone z kurczaka 1szt., ziemniakami z koperkiem 150g, surówka z kapusty pekińskiej z dresingiem jogurtowo – cytrynowym (mleko) 70g, kompot gruszkowy z cynamonem 200ml, owoc 1szt.	Wtorek 05.12	Kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami (pszenica, seler) 350ml Potrawka drobiowa (pszenica) 150g, kasza pęczak z zielonym groszkiem (jęczmień) 150g, mini marchewki na parze 80g kompot wieloowocowy (truskawka, porzeczka, śliwka) 200ml, owoc 1szt.
Środa 29.11	Krupnik z trzech kasz (manna, jaglana i kukurydziana) (seler) 350ml Mintaj w panierce (ryba, jaja, pszenica) 80g, ziemniaki z koperkiem 150g, surówka z kiszonej kapusty z jabłkiem 70g Kompot wieloowocowy (truskawka, porzeczka, śliwka) 200ml, owoc 1szt.	Środa 06.12	Barszcz ukraiński z fasolą z ziemniakami (seler, pszenica, mleko) 350ml Kopytka (pszenica, jaja) z sosem pieczarkowym (pszenica, mleko) 150/100g, sałatka szwedzka z ogórka kiszzonego (gorczyca) 70g, kompot cytrusowy z melisą 200ml, owoc 1szt.
Czwartek 30.11	Krem z brokułowo – serowy z grzankami (pszenica, żyto, seler, mleko) 350ml Łazanki z białą i kiszoną kapustą oraz kiełbaską wieprzową (pszenica) 220g, surówka z buraczków z papryką 70g Kompot cytrusowy z melisą 200ml, owoc 1szt.	Czwartek 07.12	Rosół z zacierką i natką pietruszki (seler, pszenica, jaja) 350ml Kotlet schabowy (jaja, pszenica) 80g, ziemniaki 150g, duszona biała kapusta (pszenica) 70g, kompot wieloowocowy (truskawka, porzeczka, śliwka) 200ml, owoc 1szt.
Piątek 01.12	Zupa grochowa z ziemniakami i majerankiem (seler) 350ml Ryż zapiekany z jabłkami (pszenica, mleko) 220g polewa jogurtowo – waniliowa (mleko) 80g, surówka z seler a z żurawiną 70g, kompot jabłkowy z goździkami 200ml, owoc 1szt.	Piątek 08.12	Krem dyniowy z imbiem i prażonym słonecznikiem (seler) 350ml Stripsy z dorsza w panierce (ryba, pszenica) 80g, ziemniaki puree 150g, surówka z kiszonej kapusty z natką pietruszki 80g, kompot jabłkowy z miętą 200ml, owoc 1szt.

Pogrubioną czcionką **oznaczono alergeny** zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011. W zakładzie produkcyjnym używa się: zboża zawierające gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasiona sezamu, orzechy. Każda potrawa może zawierać śladowe ilości wyżej wymienionych alergenów. Firma Horyzonty Smaku zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie z przyczyn technologicznych i losowych.

Opracowano przez: dietetyk Olę Będzińską