

PLACÓWKA:
KAMIENSKIEGO

DATA:
15-19.04.2024r.

OBIAD	
Poniedziałek 15.04	<p style="text-align: center;">Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml <i>(woda, mięso z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, ziemniaki, ogórki kiszane, cebula, czosnek, przyprawy (sól, pieprz czarny, ziele angielskie, liść laurowy), mąka pszenna, śmietana (zawiera mleko) 12%tł., olej rzepakowy)</i></p> <p style="text-align: center;">Pulpety z szynki w sosie pomidorowym 80/80g <i>(mięso mielone z szynki wieprzowej, jaja, marchew, bułka tarta (mąka pszenna, woda, drożdże, sól, cukier), mąka pszenna, przyprawy (sól, pieprz czarny, oregano, papryka słodka mielona, zioła prowansalskie), przecier pomidorowy, koncentrat pomidorowy 30%ekst., olej rzepakowy)</i></p> <p style="text-align: center;">Makaron 150g (mąka z pszenicy durum), surówka z białej kapusty z kukurydzą 70g (kapusta biała, marchew, kukurydza, natka pietruszki, oliwa, sól)</p> <p style="text-align: center;">Kompot cytrusowy z melisą 200ml (woda, melisa suszona, sok z cytryny), owoc 1 szt.</p>
Wtorek 16.04	<p style="text-align: center;">Rosół z zaciekami jajecznymi 350ml <i>(woda, mięso z kurczaka, seler, pietruszka, marchew, cebula, czosnek, przyprawy (sól, pieprz czarny, ziele angielskie, liść laurowy), mąka pszenna, jaja, kurkuma)</i></p> <p style="text-align: center;">Pierś z kurczaka w panierce razowej 80g (filet z piersi kurczaka, jaja, mąka pszenna razowa, olej rzepakowy, przyprawy (sól, pieprz czarny))</p> <p style="text-align: center;">Ziemniaki 150g, sałatka z buraczków dresingiem miodowo-musztardowym 70g (buraki, olej rzepakowy, sok z cytryny, miód naturalny, musztarda stołowa (woda, gorczyca, sól, cukier), sól)</p> <p style="text-align: center;">Kompot jabłkowo - wiśniowy 200ml (woda, jabłko, wiśnia, sok z cytryny), owoc 1 szt.</p>
Środa 17.04	<p style="text-align: center;">Zupa grochowa z majerankiem 350ml <i>(woda, mięso z kurczaka, marchew, pietruszka, seler, groch, ziemniaki, cebula, czosnek, przyprawy (sól, majeranek, pieprz czarny, ziele angielskie, liść laurowy))</i></p> <p style="text-align: center;">Ryż z warzywami (marchew, kalafior, por, brokuł) 220g (ryż biały, marchew, kalafior, por, brokuł, cebula, oliwa, przyprawy (sól, pieprz, oregano, papryka czerwona w proszku))</p> <p style="text-align: center;">Dip jogurtowo – czosnkowy 50ml (jogurt naturalny (zawiera mleko) 2%tł., czosnek, sól, cukier, sok z cytryny, natka pietruszki)</p> <p style="text-align: center;">Sałata z pestkami dyni i oliwą 70g (sałata lodowa, pestki dyni, oliwa, sól)</p> <p style="text-align: center;">Kompot wieloowocowy (truskawka, porzeczka, gruszka) 200ml (woda, truskawka, śliwka, czarna i czerwona porzeczka, sok z cytryny), owoc 1 szt.</p>
Czwartek 18.04	<p style="text-align: center;">Kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami 350ml <i>(woda, mięso z kurczaka, seler, pietruszka, marchew, ziemniaki, kapusta biała, cebula, czosnek, przyprawy (sól, pieprz czarny, ziele angielskie, liść laurowy, kminek mielony), mąka pszenna)</i></p> <p style="text-align: center;">Gulasz wieprzowy 150g (mięso wieprzowe z szynki, marchew, czosnek, woda, cebula, koncentrat pomidorowy 30%ekst., olej rzepakowy, przyprawy (sól, pieprz, majeranek, papryka słodka mielona), mąka pszenna)</p> <p style="text-align: center;">Kasza pęczak jęczmienna 150g, żółta i zielona fasolka szparagowa 70g (fasolka szparagowa żółta, fasolka szparagowa zielona, oliwa, sól)</p> <p style="text-align: center;">Kompot cytrusowy z miętą 200ml (woda, mięta suszona, sok z cytryny), owoc 1 szt.</p>

Piątek 19.04	<p>Krem pomidorowy z grzankami czosnkowymi 350ml <i>(woda, seler, pietruszka, marchew, koncentrat pomidorowy 30% ekst., cebula, czosnek, przyprawy (sól, pieprz czarny, ziele angielskie, liść lauowy), śmietana (zawiera mleko) 12 %tł., chleb mieszany, oliwa, papryka słodka mielona, czosnek granulowany)</i></p> <p>Filet z miruny pieczony 80g <i>(ryba filet z miruny, mąka pszenna, jaja, bułka tarta (mąka pszenna, woda, drożdże, sól, cukier), olej rzepakowy, przyprawy (sól, papryka słodka mielona))</i></p> <p>Ziemniaki 150g, surówka z kiszanej kapusty 70g <i>(kapusta kiszona, cebula, marchew, natka pietruszki, oliwa, sól),</i> Kompot wieloowocowy (truskawka, porzeczka, śliwka) 200ml <i>(woda, truskawka, śliwka, czarna i czerwona porzeczka, sok z cytryny), owoc 1 szt.</i></p>
-----------------	--

PLACÓWKA:
KAMIEŃSKIEGO

DATA:
22-26.04.2024r.

OBIAD	
Poniedziałek 22.04	<p>Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 350ml <i>(woda, mięso z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, ziemniaki, kapusta, cebula, czosnek, przyprawy (sól, pieprz czarny, ziele angielskie, liść lauowy), mąka pszenna)</i></p> <p>Ragu z indyka 150g <i>(mięso z piersi indyka, woda, marchewka, pietruszka, por, groszek zielony, śmietana 12%tł. (zawiera mleko), olej rzepakowy, przyprawy (sól, pieprz czarny, zioła prowansalskie, papryka słodka mielona), mąka pszenna)</i></p> <p>Kuskus (<i>pszenica durum</i>), 150g, surówka wielowarzywna (marchew, por, ogórek kiszony, seler) 70g <i>(marchew, por, ogórek kiszony, seler, oliwa, sól)</i> Kompot cytrusowy z miętą 200ml <i>(woda, mięta suszona, sok z cytryny), owoc 1 szt.</i></p>
Wtorek 23.04	<p>Zupa pomidorowa z ryżem 350ml <i>(woda, mięso z kurczaka, seler, pietruszka, marchew, ryż biały, koncentrat pomidorowy 30% ekst., cebula, czosnek, przyprawy (sól, pieprz czarny, ziele angielskie, liść lauowy), śmietana (zawiera mleko) 12 %tł.)</i></p> <p>Udko pieczone z kurczaka 1szt. <i>(udko z kurczaka, papryka słodka suszona, czosnek, sól, olej rzepakowy)</i></p> <p>Ziemniaki z koperkiem 150g, wiosenna mizeria z rzodkiewką i szczypiorkiem 70g <i>(ogórek zielony, rzodkiewka, szczypiorek, jogurt naturalny 2%tł., oliwa, sól)</i> Kompot truskawkowy 200ml <i>(woda, truskawka, sok z cytryny), owoc 1 szt.</i></p>
Środa 24.04	<p>Zalewajka z kielbaską wieprzową i ziemniakami 350ml <i>(woda, mięso z kurczaka, ziemniaki, seler, pietruszka, marchew, kielbasa wieprzowa (mięso wieprzowe, tłuszcz wieprzowy, ekstrakty przyprawoskrobia), cebula, czosnek, przyprawy (sól, pieprz czarny, ziele angielskie, liść lauowy), śmietana (zawiera mleko) 12% tł., zakwas żytni naturalny (woda, mąka żytnia, mąka pszenna, czosnek), mąka pszenna, olej rzepakowy)</i></p> <p>Kopytka z białym serem i bułka tartą 220g <i>(ziemniaki, mąka pszenna, mąka ziemniaczana, jajka, twaróg półtłusty (zawiera mleko), jogurt naturalny (zawiera mleko) 2%tł., bułka tarta (mąka pszenna, woda, drożdże, sól, cukier), cukier)</i></p> <p>Surówka z marchewki i jabłka 70g <i>(marchew, jabłko, olej rzepakowy, sok z cytryny, sól)</i> Kompot cytrusowy z melisą 200ml <i>(woda, melisa suszona, sok z cytryny), owoc 1 szt.</i></p>

Pogrubioną czcionką **oznaczono alergeny** zgodnie z *Rozporządzeniem 1169/2011*. W zakładzie produkcyjnym używa się: zboża zawierające gluten, soję, zawiera, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasiona sezamu, orzechy. Każda potrawa może zawierać wyżej wymienione alergeny. Podczas wydawania posiłków do wybranej surówki dostępne są dla dzieci ziarna tkj. (stonecznik, dynia i siemię lniane). Firma Horyzonty Smaku zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie z przyczyn technologicznych i losowych.

Opracowano przez: dietetyk Olę Będzińską

Czwartek 25.04	<p style="text-align: center;">Rosół z makaronem i natką pietruszki 350ml <i>(woda, mięso z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, cebula, czosnek, przyprawy (sól, pieprz czarny, ziele angielskie, liść laurowy), natka pietruszki, makaron z pszenicy durum)</i></p> <p style="text-align: center;">Kotlet schabowy w panierce razowej 80g <i>(schab wieprzowy b/k, jaja, mąka pszenna razowa, przyprawy (sól, pieprz czarny), olej rzepakowy)</i></p> <p style="text-align: center;">Ziemniaki z koperkiem 150g, bukiet warzyw na parze (kalafior, brokuły, groszek) z oliwą 70g <i>(kalafior, brokuły, groszek zielony, oliwa)</i></p> <p style="text-align: center;">Kompot jabłkowy 200ml <i>(woda, jabłko, sok z cytryny), owoc 1 szt.</i></p>
Piątek 26.04	<p style="text-align: center;">Krem z dyni z grzankami 350ml <i>(woda, mięso z kurczaka, dynia, seler, pietruszka, marchew, ziemniaki, cebula, czosnek, przyprawy (sól, pieprz czarny, ziele angielskie, liść laurowy), chleb pszenny, olej rzepakowy, śmietana (zawiera mleko) 12%tł.)</i></p> <p style="text-align: center;">Stripsy z mintaja w panierce 80g <i>(filet z dorsza, filet z mintaja, bułka tarta (mąka pszenna, woda, drożdże, sól, cukier), olej rzepakowy, przyprawy (sól, papryka słodka mielona)</i></p> <p style="text-align: center;">Ziemniaki z koperkiem 150g, kapusta pekińska z kukurydzą 70g <i>(kapusta pekińska, marchew, kukurydza, jogurt naturalny (zawiera mleko) 2%tł., sól, cukier, sok z cytryny, natka pietruszki)</i></p> <p style="text-align: center;">Kompot wieloowocowy (truskawka, porzeczka, śliwka) 200ml <i>(woda, truskawka, śliwka, czarna i czerwona porzeczka, sok z cytryny), owoc 1 szt.</i></p>