

PLACÓWKA:
KAMIĘŃSKIEGO

DATA:
15-19.04.2024r.

OBIAD	
Poniedziałek 15.04	<p style="text-align: center;">Zupa ogórkowa z ziemniakami (seler, pszenica, mleko) 350ml <i>(mięso z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, ziemniaki, ogórki kiszzone, cebula, czosnek, przyprawy (sól, pieprz czarny, ziele angielskie, liść laurowy), mąka pszenna, śmietana 12%tł., olej rzepakowy)</i></p> <p style="text-align: center;">Pulpety z szynki (pszenica, jaja) w sosie pomidorowym (pszenica) 80/80g <i>(mięso mielone z szynki wieprzowej, jaja, marchew, bułka tarta, 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 (pszenica) 150g (mąka pszenna), 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 (melisa suszona, sok z cytryny), owoc 1 szt.</p>
Wtorek 16.04	<p style="text-align: center;">Rosół z zaciekami jajecznymi (seler, pszenica, jaja) 350ml <i>(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 (pszenica, jaja) 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 (gorczyca) 70g (buraki, olej rzepakowy, sok z cytryny, miód naturalny, musztarda stołowa, sól)</p> <p style="text-align: center;">Kompot jabłkowo - wiśniowy 200ml (jabłko, wiśnia, sok z cytryny), owoc 1 szt.</p>
Środa 17.04	<p style="text-align: center;">Zupa grochowa z majerankiem (seler) 350ml <i>(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 (mleko) 50ml (jogurt naturalny 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, porzeczką, gruszką) 200ml (truskawka, śliwka, czarna i czerwona porzeczką, sok z cytryny), owoc 1 szt.</p>
Czwartek 18.04	<p style="text-align: center;">Kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami (pszenica, seler) 350ml <i>(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 (pszenica) 150g <i>(mięso wieprzowe z szynki, marchew, czosnek, cebula, koncentrat pomidorowy 30%ekst., olej rzepakowy, przyprawy (sól, pieprz, majeranek, papryka słodka mielona), mąka pszenna)</i></p> <p style="text-align: center;">Kasza pęczak (jęczmień) 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 (mięta suszona, sok z cytryny), owoc 1 szt.</p>
Piątek 19.04	<p style="text-align: center;">Krem pomidorowy z grzankami czosnkowymi (seler, mleko, pszenica, żyto) 350ml <i>(seler, pietruszka, marchew, koncentrat pomidorowy 30% ekst., cebula, czosnek, przyprawy (sól, pieprz czarny, ziele angielskie, liść laurowy), śmietana 12 %tł., chleb mieszany, oliwa, papryka słodka mielona, czosnek granulowany)</i></p> <p style="text-align: center;">Filet z miruny pieczony (pszenica, ryby, jaja) 80g (ryba filet z miruny, mąka pszenna, jaja, bułka tarta, olej rzepakowy, przyprawy (sól, papryka słodka mielona))</p> <p style="text-align: center;">Ziemniaki 150g, surówka z kiszzonej kapusty 70g (kapusta kiszona, cebula, marchew, natka pietruszki, oliwa, sól),</p> <p style="text-align: center;">Kompot wieloowocowy (truskawka, porzeczką, śliwką) 200ml (truskawka, śliwka, czarna i czerwona porzeczką, sok z cytryny), owoc 1 szt.</p>

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 wymienione alergeny. Podczas wydawania posiłków do wybranej surówki dostępne są dla dzieci ziarna tkj. (słonecznik, dynia i siemię lniane). Firma Horyzonty Smaku zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie z przyczyn technologicznych i losowych.

Opracowano przez: dietetyk Olę Będzińską

PLACÓWKA:
KAMIENSKIEGO

DATA:
22-26.04.2024r.

OBIAD	
Poniedziałek 22.04	<p style="text-align: center;">Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami (seler, pszenica, mleko) 350ml <i>(mięso z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, ziemniaki, kapusta, cebula, czosnek, przyprawy (sól, pieprz czarny, ziele angielskie, liść laurowy), mąka pszenna)</i></p> <p style="text-align: center;">Ragu z indyka (pszenica, mleko) 150g <i>(mięso z piersi indyka, marchewka, pietruszka, por, groszek zielony, olej rzepakowy, przyprawy (sól, pieprz czarny, ziola prowansalskie, papryka słodka mielona), mąka pszenna)</i></p> <p style="text-align: center;">Kuskus (pszenica) 150g, surówka wielowarzywna (marchew, por, ogórek kiszony, seler) 70g <i>(marchew, por, ogórek kiszony, seler, oliwa, sól)</i></p> <p style="text-align: center;">Kompot cytrusowy z miętą 200ml <i>(mięta suszona, sok z cytryny), owoc 1 szt.</i></p>
Wtorek 23.04	<p style="text-align: center;">Zupa pomidorowa z ryżem (seler, mleko) 350ml <i>(mięso z kurczaka, seler, pietruszka, marchew, ryż biały, koncentrat pomidorowy 30% ekst., cebula, czosnek, przyprawy (sól, pieprz czarny, ziele angielskie, liść laurowy), śmietana 12 %tł.)</i></p> <p style="text-align: center;">Udko pieczone z kurczaka 1szt. <i>(udko z kurczaka, papryka słodka suszona, czosnek, sól, olej rzepakowy)</i></p> <p style="text-align: center;">Ziemniaki z koperkiem 150g, wiosenna mizeria z rzodkiewką i szczypiorkiem (mleko) 70g <i>(ogórek zielony, rzodkiewka, szczypiorek, jogurt naturalny 2%tł., oliwa, sól)</i></p> <p style="text-align: center;">Kompot truskawkowy 200ml <i>(truskawka, sok z cytryny), owoc 1 szt.</i></p>
Środa 24.04	<p style="text-align: center;">Zalewajka z kielbaską wieprzową i ziemniakami (seler, pszenica, żyto, mleko) 350ml <i>(mięso z kurczaka, ziemniaki, seler, pietruszka, marchew, kielbasa wieprzowa, cebula, czosnek, przyprawy (sól, pieprz czarny, ziele angielskie, liść laurowy), śmietana 12% tł., zakwas żytni naturalny (woda, mąka żytnia, mąka pszenna, czosnek), mąka pszenna, olej rzepakowy)</i></p> <p style="text-align: center;">Kopytka z białym serem (pszenica, jaja, mleko) i bułka tartą (pszenica) 220g <i>(ziemniaki, mąka pszenna, mąka ziemniaczana, jajka, twaróg półtłusty, jogurt naturalny 2%tł., bułka tarta, cukier)</i></p> <p style="text-align: center;">Surówka z marchewki i jabłka 70g <i>(marchew, jabłko, olej rzepakowy, sok z cytryny, sól)</i></p> <p style="text-align: center;">Kompot cytrusowy z melisą 200ml <i>(melisa suszona, sok z cytryny), owoc 1 szt.</i></p>
Czwartek 25.04	<p style="text-align: center;">Rosół z makaronem i natką pietruszki (seler, pszenica) 350ml <i>(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 (jaja, pszenica) 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>(jabłko, sok z cytryny), owoc 1 szt.</i></p>
Piątek 26.04	<p style="text-align: center;">Krem z dyni z grzankami (seler, pszenica, żyto, mleko) 350ml <i>(mięso z kurczaka, dynia, seler, pietruszka, marchew, ziemniaki, cebula, czosnek, przyprawy (sól, pieprz czarny, ziele angielskie, liść laurowy), chleb pszenny, olej rzepakowy, śmietana 12%tł.)</i></p> <p style="text-align: center;">Stripsy z mintaja w panierce (ryby, pszenica) 80g <i>(filet z dorsza, filet z mintaja, bułka tarta, olej rzepakowy, przyprawy (sól, papryka słodka mielona)</i></p> <p style="text-align: center;">Ziemniaki z koperkiem 150g, kapusta pekińska z kukurydzą i winegret (gorczyca) 70g <i>(kapusta pekińska, marchew, kukurydza, jogurt naturalny 2%tł., sól, cukier, sok z cytryny, natka pietruszki)</i></p> <p style="text-align: center;">Kompot wieloowocowy (truskawka, porzeczką, śliwka) 200ml <i>(truskawka, śliwka, czarna i czerwona porzeczką, 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, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasiona sezamu, orzechy. Każda potrawa może zawierać wymienione alergeny. Podczas wydawania posiłków do wybranej surówki dostępne są dla dzieci ziarna tkj. (słonecznik, dynia i siemię lniane). Firma Horyzonty Smaku zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie z przyczyn technologicznych i losowych.

Opracowano przez: dietetyk Olę Będzińską