



PLACÓWKA:

KAMIEŃSKIEGO

DATA:

15-26.04.2024r.

OBIAD

Poniedziałek 15.04	Zupa ogórkowa z ziemniakami (seler, pszenica, mleko) 350ml Pulpety z szynki (pszenica, jaja) w sosie pomidorowym (pszenica) 80/80g, makaron (pszenica) 150g, surówka z białej kapusty z kukurydzą 70g Kompot cytrusowy z melisą 200ml, owoc 1 szt.	Poniedziałek 22.04	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami (seler, pszenica, mleko) 350ml Ragu z indyka (pszenica, mleko) 150g, kuskus (pszenica) 150g, surówka wielowarzywna (marchew, por, ogórek kiszony, seler) 70g, kompot cytrusowy z miętą 200ml, owoc 1 szt.
Wtorek 16.04	Rosół z zaciekami jajecznymi (seler, pszenica, jaja) 350ml Pierś z kurczaka w panierce razowej (pszenica, jaja) 80g, ziemniaki 150g, sałatka z buraczków dresingiem miodowo-musztardowym (gorczyca) 70g, kompot jabłkowo - wiśniowy 200ml, owoc 1 szt.	Wtorek 23.04	Zupa pomidorowa z ryżem (seler, mleko) 350ml Udko pieczone z kurczaka 1szt., ziemniaki z koperkiem 150g, wiosenna mizeria z rzodkiewką i szczypiorkiem (mleko) 70g Kompot truskawkowy 200ml, owoc 1 szt.
Środa 17.04	Zupa grochowa z majerankiem (seler) 350ml Ryż z warzywami (marchew, kalafior, por, brokuł) 220g, dip jogurtowo – czosnkowy (mleko) 50ml, sałata z pestkami dyni i oliwą 70g, kompot wieloowocowy (truskawka, porzeczka, gruszka) 200ml, owoc 1 szt.	Środa 24.04	Zalewajka z kiełbaską wieprzową i ziemniakami (seler, pszenica, żyto, mleko) 350ml Kopytka z białym serem (pszenica, jaja, mleko) i bułka tartą (pszenica) 220g, surówka z marchewki i jabłka 70g, kompot cytrusowy z melisą 200ml, owoc 1 szt.
Czwartek 18.04	Kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami (pszenica, seler) 350ml Gulasz wieprzowy (pszenica) 150g, kasza pęczak (jęczmień) 150g, żółta i zielona fasolka szparagowa 70g, kompot cytrusowy z miętą 200ml, owoc 1 szt.	Czwartek 25.04	Rosół z makaronem i natką pietruszki (seler, pszenica) 350ml Kotlet schabowy w panierce razowej (jaja, pszenica) 80g, ziemniaki z koperkiem 150g, bukiet warzyw na parze (kalafior, brokuły, groszek) z oliwą 70g, kompot jabłkowy 200ml, owoc 1 szt.
Piątek 19.04	Krem pomidorowy z grzankami czosnkowymi (seler, mleko, pszenica, żyto) 350ml Filet z miruny pieczony (pszenica, ryby, jaja) 80g, ziemniaki 150g, surówka z kiszonej kapusty 70g, kompot wieloowocowy (truskawka, porzeczka, śliwka) 200ml, owoc 1 szt.	Piątek 26.04	Krem z dyni z grzankami (seler, pszenica, żyto, mleko) 350ml Stripsy z mintaja w panierce (ryby, pszenica) 80g, ziemniaki z koperkiem 150g, kapusta pekińska z kukurydzą i winegret (gorczyca) 70g, kompot wieloowocowy (truskawka, porzeczka, śliwka) 200ml, owoc 1 szt.

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 wyżej wymienionych alergenów. 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