

## JADŁOSPIS 19 – 23.10.2020

<b>Dni tygodnia</b>	<b>Obiad: zupa</b>	<b>Obiad: II danie</b>
<b>Poniedziałek 19.10.2020</b>	Krem z dyni z prażonymi pestkami dyni  Alergeny: 9	Filet z indyka w sosie słodko-kwaśnym z ryżem i warzywami Owoc Woda z limonką i miętą  Alergeny: -
<b>Wtorek 20.10.2020</b>	Rosół na kurczaku z wolnego wybiegu z makaronem  Alergeny: 1,9	Kotlet mielony z ziemniakami i mizerią z ogórka Kompot wieloowocowy  Alergeny: 1
<b>Środa 21.10.2020</b>	Kapuśniak z młodej kapusty na skrzydle z indyka  Alergeny: 9	Bitki wołowe w sosie własnym z kasza gryczana i kiszonym ogórkiem Kompot wieloowocowy  Alergeny: 1,4
<b>Czwartek 22.10.2020</b>	Grochówka na żeberkach  Alergeny: 9	Pierś z kurczaka w sosie z suszonego pomidora i bazylii, ziemniaki opiekane i brokuł na parze. Kompot wieloowocowy  Alergeny: 7,16
<b>Piątek 23.10.2020</b>	Botwinka  Alergeny: 9	Filet z morszczuka w sosie śmietankowo koperkowym z ryżem i surówką z pora Kompot truskawkowy  Alergeny: 7

## **WYKAZ POTRAW I SPIS PRODUKTÓW PAŹDZIERNIK 2020**

### **ZUPY:**

Krem z dyni z prażonymi pestkami dyni  
(dynia, pestki dyni, marchew, pietruszka, seler, ziemniak, przyprawy)

Rosół na kurczaku z wolnego wybiegu z makaronem  
(makaron z pszenicy durum, kurczak, marchew, pietruszka, seler, por, cebula, przyprawy)

Kapuśniak z młodej kapusty na skrzydle z indyka  
(Biała kapusta, seler, por, marchew, pietruszka, koper, przyprawy, skrzydło z indyka)

Grochówka na żeberkach  
(groch łuskany, marchewka, seler, por, pietruszka, żeberka wieprzowe, przyprawy)

Botwinka  
(ziemniak, botwina, burak, koper, marchew, pietruszka, seler, przyprawy)

### **Gramówka składników zup:**

ziemniaki 80 g, marchew 62,5 g, seler 10 g, pietruszka 30g, por 10 g, dodatek warzywny (brokuł, buraki: 80g), mięso 15 g

### **II DANIA:**

Filet z indyka z warzywami w sosie słodko-kwaśnym z ryżem  
( Filet z indyka, brokuł, kalafior, marchew, seler naciowy, papryka, cukinia, ryż paraboliczny, cebula, czosnek, pomidory, mango, przyprawy)

Kotlet mielony z ziemniakami i mizerią z ogórka  
(Mielone wieprzowe, ziemniaki, ogórek, koper, jogurt naturalny, jajko, bułka tarta, przyprawy)

Bitki wołowe w sosie własnym z kasza gryczana i kiszonym ogórkiem  
( Mięso wołowe, kasza gryczana, ogórek kiszony, przyprawy)

Pierś z kurczaka w sosie z suszonego pomidora i bazylii, ziemniaki opiekane i brokuł na parze.  
( Pierś z kurczaka, suszony pomidor, bazylii, ziemniaki, brokuł, przyprawy)

Filet z morszczuka w sosie śmietankowo koperkowym z ryżem i surówką z pora  
( Morszczuk, śmietana, koper, ryż długoziarnisty, por jogurt naturalny, przyprawy)

### **Surówki:**

Surówką z pora: por, jogurt naturalny, przyprawy

Ogórek kiszony

Brokuł na parze

Mizeria : ogórek zielony, jogurt naturalny, koper, przyprawy

### **Gramówka składników drugich dań:**

Ziemniaki 200 g

Ryż 70 g

Makaron 70 g

Mięso 160 g

Surówka 100 g

Ryba 160 g

**Informujemy, że potrawy przez nas przygotowywane jak i produkty gotowe, z których korzystamy zawierają lub mogą zawierać poniższe alergeny:**

- 1) Zboża zawierające gluten ( tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz) oraz produkty pochodne.
- 2) Skorupiaki i produkty pochodne.
- 3) Jaja i produkty pochodne.
- 4) Ryby i produkty pochodne.
- 5) Orzeszki ziemne ( arachidowe) i produkty pochodne.
- 6) Soja i produkty pochodne.
- 7) Mleko i produkty pochodne.
- 8) Orzechy.
- 9) Seler i produkty pochodne.
- 10) Gorczyca i produkty pochodne.
- 11) Nasiona sezamu i produkty pochodne.
- 12) Dwutlenek siarki oraz siarczyny.
- 13) Łubin i produkty pochodne.
- 14) Mięczaki i produkty pochodne.
- 15) Miód
- 16) Pomidory