

JADŁOSPIS SMS Gedania

JADŁOSPIS A

Dzień	Zupa	II danie	Surówka/ napój
Poniedziałek	Zupa ogórkowa na skrzydle z indyka: marchew, seler (<i>SELER</i>), pietruszka, koper, ziemniak, ogórek kiszony, skrzydło z indyka, przyprawy Vege: bez mięsa Alergeny: 9	Karkówka w sosie własnym: warzywa: marchew, pietruszka, seler, cebula, mąka, śmietana (<i>SELER</i> , <i>GLUTEN</i> , <i>MLEKO</i>), natka pietruszki, Kasza bulgur (<i>GLUTEN</i>), Vege: pieczone tofu (<i>SOJA</i>). Alergeny: 1,6,7,9	Surówka z ogórka kiszonego: (ogórek kiszony, cebula przyprawy: oliwa,). Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru
Wtorek	Grochówka na skrzydle z indyka: groch łuskany, skrzydło z indyka, marchewka, pietruszka, seler (<i>SELER</i>), ziemniaki, majeranek, por, przyprawy) Vege: b/z mięsa Alergeny: 9	Naleśniki z dżemem/ twarogiem: mąka pszenna (<i>GLUTEN</i>), jajka (<i>JAJO</i>), mleko (<i>MLEKO</i>), olej rzepakowy, przyprawy (sól, cukier). Dżem (truskawkowy) bez dodatku cukrów. Twaróg (ser twarogowy półtłusty, jogurt naturalny (<i>MLEKO</i>), cukier. Alergeny: 1,3,7	Marchewka/seler (<i>SELER</i>) /rzodkiew: warzywa pokrojone w słupki. Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru Alergeny: 9
Środa	Rosół na kurczaku z wolnego wybiegu z makaronem: kurczak, makaron z pszenicy durum (<i>GLUTEN</i>), marchew, pietruszka, seler (<i>SELER</i>), por, cebula, przyprawy) Vege: bez mięsa Alergeny: 1,9	Fasolka po bretońsku VEGE. Fasola: „Piękny Jaś”, cebula, czosnek, pomidory świeże lub z puszki, koncentrat pomidorowy, olej, majeranek, przyprawy (mielona wędzona słodka papryka, mielona kolendra, ziele angielskie, liście laurowe, sól, pieprz). Alergeny:	Marchewka/seler (<i>SELER</i>) /rzodkiew: warzywa pokrojone w słupki. Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru Alergeny: 9
Czwartek	Jarzynowa przygotowana na naturalnym wywarze warzywnym: por, marchew, pietruszka korzeń, seler (<i>SELER</i>) korzeniowy, ziemniaki, groszek zielony,	Pulpety drobiowe w sosie pomidorowym: mięso drobiowe (kurczak), jajko (<i>JAJA</i>), bułka tarta (<i>GLUTEN</i>), koncentrat pomidorowy, mąka pszenna (<i>GLUTEN</i>), śmietana (<i>MLEKO</i>),	Surówka z marchewki i jabłka (olej rzepakowy, sól, pieprz). Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru

	kalafior, jogurt naturalny 2% tłuszczu (<i>MLEKO</i>), sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy. Alergeny: 7, 9	przyprawy: oregano, papryka, bazylia, pieprz, sól. Kasza jęczmienna Vege: pulpety z soczewicy: soczewica czerwona, marchew, cebula, płatki owsiane (<i>GLUTEN</i>), jajko (<i>JAJKO</i>), czosnek, olej rzepakowy, natka pietruszki, przyprawy (sól, pieprz, papryka słodka). Alergeny: 1,3,7	
Piątek	Pomidorowa z makaronem przygotowana na naturalnym wywarze warzywnym: pomidory, marchew, pietruszka, seler (<i>SELER</i>), por, cebula, przyprawy). Makaron z pszenicy, durum (<i>GLUTEN</i>). Alergeny: 1, 9	Dorsz pieczony w panierce z ziemniakami i gotowanymi warzywami: dorsz (<i>RYBA</i>), jajko (<i>JAJA</i>), bułka tarta (<i>GLUTEN</i>), puree ziemniaczane: ziemniaki mączne, masło (<i>MLEKO</i>), mleko (<i>MLEKO</i>), marchew, kalafior, brokuł WEGE: placki z cukini i marchwi Alergeny: 1,3,4,7	Surówka z kapusty kiszonej: kapusta kiszona marchewka, jabłko, cebula przyprawy (olej rzepakowy, pieprz) Kompot wieloowocowy be dodatku cukru

Średnia ważona około 1000kcal