



JADŁOSPIS DEKADOWY

15 kwietnia - 26 kwietnia



Tydzień	Gramatura 1 porcji	
	Gr. 1	Gr. 2
Poniedziałek, 15.04		
Barszcz ukraiński z ziemniakami i śmietaną pietruszką zieloną	200 ml	250 ml
naleśniki z serem polane ze śmietaną	195 g/30 ml	260 g/40 ml
lemoniada (woda, cytryna, miód)	175 ml	200 ml
dodatek : papryka czerwona jabłko	40 g/80 g	40g/ 80 g
alergeny	*1,3,7,9, 15	
Wtorek, 16.04		
Ziemniaczana z ziemniakami , kluskami pietruszką zieloną	100 g	100 g
pieczeń z karkówki z sosem	80g/30 ml	80 g/60 ml
kasza jaglana, kasza gryczana	100 g/50 g	130 g / 65 g
buraczki zasmażane	80 g	100 g
kompot owocowy	175 ml	200 ml
dodatek: kalarepa, papryka czerwona banan	40g 125 g	40 g 125 g

Tydzień	Gramatura 1 porcji	
	Gr. 1	Gr. 2
Poniedziałek, 22.04		
Grochówka z ziemniakami pietruszką zieloną	200 ml	250 ml
racuchy drożdżowe z cukrem pudrem	200 g	250 g
dodatek: pomidor koktajlowy ,kalarepa, papryka czerwona	80 g	80 g
koktajl mleczno - malinowy jabłko	175 ml/80 g	200 ml/80 g
alergeny	1,3,7,9	
Wtorek, 23.04		
Serowa z ziemniakami i kluskami i pietruszką zieloną	200 ml	250 ml
kotlet mielony	80 g	100 g
ziemniaki z zieloną pietruszką	100 g	150 g
marchew z groszkiem duszona dodatek; papryka czerwona, kalarepa	80 g 40 g	90 g 40 g
kompot owocowy, banan	175 ml/125 g	200 ml/125 g

alergeny		1,3,7,9	
Środa,17.04			
Ogórkowa z ziemniakami z pietruszką zieloną	200 ml	250 ml	
filet piersi kurczaka, panierowany	100 g	100 g	
ziemniaki z koperkiem	100 g	150 g	
surówka z pomidora malinowego ze szczypiorem i majonezem	80 g	100 g	
kompot owocowy	175 ml	200 ml	
jabłko	80 g	80 g	
alergeny		*1,3,7,9	
czwartek ,18.04			
Rosół z makaronem (drobiowo – wołowy)	200 ml	250 ml	
pulpet mieszany w sosie pomidorowym	60 g/30 ml	80 g/60 ml	
ziemniaki z koperkiem	100 g	150g	
mizeria	80 g	100 g	
woda z mięta	175 ml	200 ml	
banan	125 g	125 g	
alergeny		*1,3,7,9	
piątek,19.04			
Pomidorowa z ryżem ze śmietaną z pietruszką zielona	200 ml	250 ml	
filet pstrąga	90 g	110 g	
warzywa kolorowe z patelni	100 g	150 g	
woda z mięta i cytryną, jabłko	175 ml/80 g	200 ml/80 g	

alergeny		1,3,7,9	
Środa,24.04			
Kapuśniak z kiszonej kapusty z ziemniakami i pietruszką zieloną	200 ml	250 ml	
udziec indyka w sosie	60 g/30 ml	80 g/60 ml	
ryż brązowy	100 g	150 g	
surówka z czerwonej kapusty, jabłka ze słonecznikiem z oliwą	80 g	90g	
lemoniada (miód ,cytryna)	175 ml	200 ml	
jabłko	80 g	80 g	
alergeny		1,7,9,15	
czwartek,25.04			
Jarzynowa z ziemniakami i pietruszką zieloną	200 ml	250 ml	
łazanki (makaron, mięso, kapusta kiszona, kapustą białą, cebula)	200 g	250 g	
dodatek: papryka czerwona	40 g	40 g	
kompot owocowy	175 ml	200 ml	
jabłko	80 g	80 g	
alergeny		1,3,7,9	
piątek,26.04			
Wiśniowa z makaronem	200 ml	250 ml	
filet halibut	100 g	100 g	
ryż biały na sypko	100 g	150 g	
sałata lodowa, pomidor koktajlowy, kukurydza, rzodkiewka ,szczypior z oliwą	90 g	100 g	
woda z mięta	175 ml	200 ml	

alergeny	*1,4,7,9, 15

dodatek: papryka czerwona, jabłko	30g/80 g	30g/80 g
alergeny	1,3,4,7,9	

Alergeny w żywności – informacje o alergenach i składnikach powodujących reakcje nietolerancji

- | | | | |
|-----------------------------------|---------------------------------|--|--------------|
| 1. zboża zawierające gluten | 5. orzeszki ziemne (arachidowe) | 9. seler i produkty pochodne | 13. łubin |
| 2. skorupiaki i produkty pochodne | 6. soja i produkty pochodne | 10. gorczyca i produkty pochodne | 14. mięczaki |
| 3. jaja i produkty pochodne | 7. mleko i produkty pochodne | 11. nasiona sezamu i produkty pochodne | 15. miód |
| 4. ryby i produkty pochodne | 8. orzechy | 12. dwutlenek siarki | |

* Zgodnie z informacjami od producentów użyte produkty gotowe (np. kakao, herbata, dżem, ketchup, koncentrat pomidorowy, produkty z mięsa) mogą zawierać śladowe ilości alergenów: glutenu, mleka łącznie z laktozą, jaj, soi, orzechów, selera i gorczycy.

Do przygotowania posiłków używane są przyprawy:

pieprz, pieprz ziołowy, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, oregano, bazylija, tymianek, kminek, majeranek, papryka słodka, laska wanilii.

Wykaz składników, z których został skomponowany obiad w poszczególnym dniu, jest dostępny do wglądu u intendenta SP 8.