

Jadłospis MENU 12.05 - 30.05:

📅 12.05.2025 **Poniedziałek**

Barszcz ukraiński z ziemniakami

Składniki: 200 ml woda, 50 g burak, 45 g ziemniaki, późne, 17 g fasola biała, nasiona suche, 15 g kurczak, tuszka, 15 g marchew, 15 g kapusta biała, 15 g śmietana 18% (z **mleka**), 10 g pietruszka, korzeń, 10 g **seler** korzeniowy, 10 g por, 2 g natka pietruszki, 1 g ziele angielskie, 1 g liść laurowy, 0 g sól biała, 0 g pieprz

Bułki kajzerki (pszenica**)**

📅 13.05.2025 **Wtorek**

📅 14.05.2025 **Środa**

📅 15.05.2025 **Czwartek**

📅 16.05.2025 **Piątek**

Makaron z sosem truskawkowym

Składniki: 200 g makaron **pszenny** dwujajeczny, gotowany, 50 g jogurt grecki (z **mleka**), 50 g truskawki, 6 g cukier, 1 g cytryna

📅 **19.05.2025 Poniedziałek**

Zupa ogórkowa z ziemniakami

Składniki: 200 g ziemniaki, 25 g ogórek kiszony, 15 g marchew, 12 g śmietana 18% (z **mleka**), 7 g kurczak, tuszka, 5 g pietruszka, korzeń, 5 g **seler** korzeniowy, 4 g por, 4 g natka pietruszki, 3 g wieprzowina żeberka, 1 g liść laurowy, 1 g ziele angielskie, 0 g sól biała, 0 g pieprz

Bułki kajzerki (pszenica)

📅 **20.05.2025 Wtorek**

Ziemniaki

Mięso mielone wieprzowe z szynki

Surówka wielowarzywna

Składniki: 56 g kapusta włoska, 14 g marchew, 14 g jabłko, 7 g por, 7 g papryka czerwona, 7 g olej rzepakowy, 4 g koperek

📅 **21.05.2025 Środa**

Spaghetti bolognese

Składniki: 150 g makaron **pszenny** dwujajeczny, gotowany, 95 g wieprzowina łopatka, 20 g koncentrat pomidorowy, 30%, 10 g olej rzepakowy, 6 g cebula

📅 **22.05.2025 Czwartek**

Kasza jęczmienna, pęczak, gotowana

Gulasz wieprzowy

Składniki: 80 g wieprzowina łopatka, 20 g pieczarki świeże, 15 g marchew, 15 g cebula, 15 g papryka czerwona, 7 g olej rzepakowy, 5 g mąka **pszenna**, typ 450

Ogórek kiszony

📅 **23.05.2025 Piątek**

Pierogi z truskawkami (pszenica)

📅 26.05.2025 Poniedziałek

Żurek z ziemniakami

Składniki: 200 ml woda, 100 g ziemniaki, 15 g marchew, 12 g śmietana 18% (z **mleka**), 10 g zakwas na żurek (**żyto**), 8 g boczek wędzony bez kości, 5 g pietruszka, korzeń, 5 g **seler** korzeniowy, 5 g kurczak, tuszka, 4 g por, 4 g kiełbasa śląska, 4 g natka pietruszki, 3 g żeberka wieprzowe wędzone, 1 g liść laurowy, 1 g ziele angielskie, 0 g sól biała, 0 g pieprz

Bułki kajzerki (**pszenica**)

📅 27.05.2025 Wtorek

Ziemniaki

Filet z kurczaka panierowany

Składniki: 100 g mięso z piersi kurczaka, bez skóry, 15 g bułka tarta (**pszenica**), 10 g olej rzepakowy, 9 g **jaja** kurze całe, 0 g sól biała, 0 g pieprz

Surówka Colesław

Składniki: 135 g kapusta biała, 20 g marchew, 10 g cebula, 5 g majonez (**jajka**, **gorczyca**), 5 g śmietana 18% (z **mleka**), 3 g cytryna, 1 g cukier, 0 g sól biała, 0 g pieprz

📅 28.05.2025 Środa

Ryż biały

Klopsy wieprzowe mielone, w sosie warzywnym

Składniki: 70 g wieprzowina łopatka, 15 g marchew, fasolka szparagowa i kalafior, mrożone, 10 g cebula, 10 g olej rzepakowy, 5 g **jaja** kurze całe, 5 g mąka **pszenna** typ 500, z witaminami, 5 g bułki **pszenne** zwykłe

📅 29.05.2025 Czwartek

Ziemniaki

Gołąbki bez zawijania z szynki wieprzowej w sosie pomidorowym

Składniki: 65 g wieprzowina szynka surowa, 40 ml woda, 10 g kapusta włoska, 8 g koncentrat pomidorowy, 30%, 6 g ryż biały

📅 30.05.2025 Piątek

Naleśniki na słodko

Składniki: 120 g mąka **pszenna**, typ 450, 100 ml **mleko** krowie, 2% tłuszczu, 30 g olej rzepakowy, 30 g dżem truskawkowy, niskosłodzony, 10 g **jaja** kurze całe, 2 g cukier

Alergeny zostały wyróżnione na jadalospisie poprzez **podkreślenie**.