

## Jadłospis 17 - 20 czerwiec 2024

### Poniedziałek

**zupa kartoflanka** 250ml (woda, ziemniaki, wywar mięsny, marchew, seler, por, pietruszka, cebula, śmietanka 18%, koperek, sól, pieprz)

**gulasz** 120g (wieprzowina, mąka pszenna, cebula, czosnek, olej rzepakowy, sól, papryka, pieprz), **kasza gryczana** 140g, **mix warzyw z masłem** porcja 70g (marchew, brokuł, kalafior romanesko, groszek cukrowy, masło, sól, pieprz, czosnek, cukier)

**sok multiwitamina** 175ml

### Wtorek

**zupa ogórkowa** 250ml (woda, ryż, ogórki kiszzone, wywar mięsny, marchew, seler, por, pietruszka, cebula, śmietanka 18%, koperek, sól, pieprz)

**kotlet pożarski** 100g (kurczak, mąka pszenna, jajka, olej rzepakowy, sól, papryka, czosnek, pierz), **ziemniaki** 130g **surówka mieszana** porcja 70g (sałata lodowa, ogórek, papryka, kukurydza, olej rzepakowy, natka pietruszki, cukier, cytryna, sól)

**sok pomarańczowy** 175ml

### Środa

**zupa grochowa** 250ml (woda, ziemniaki, groch, marchew, kiełbasa wieprzowa, seler, por, pietruszka, cebula, czosnek, przyprawy)

**schab w sosie słodko kwaśnym** 150g (schab wieprzowy, pomidory w soku własnym, woda, cukinia, papryka, marchew, por, cebula, pędy bambusa, kiełki fasoli Mung, grzyby Mun, mąka pszenna, olej rzepakowy, skrobia ziemniaczana, sól, czosnek, papryka, pieprz), **makaron pszenny** 160g

**sok jabłkowy** 175ml

### Czwartek

**zupa pomidorowa** 250ml (woda, pomidory w soku własnym, por, marchew, makaron pszenny, koncentrat pomidorowy, śmietanka 18%, seler, pietruszka, masło, natka pietruszki, sól, papryka, pieprz, lubczyk)

**pieczone paluszki rybne** 90g (filety z mintaja, mąka pszenna, olej słonecznikowy, olej rzepakowy, skrobia ziemniaczana, sól, papryka, kurkuma, drożdże), **ziemniaki** 150g, **mizeria** porcja 70g (ogórek, jogurt naturalny, śmietana 18%, koper, cytryna, sól, cukier, pieprz)

**sok pomarańczowy** 175ml