

Jadłospis Tydzień 3/4

📅 19.01.2026 poniedziałek

Makaron penne z kurczakiem w sosie szpinakowo-śmietanowym

Składniki: makaron **pszenny** czterojęczny, gotowany, szpinak, mrożony, mięso z piersi kurczaka, bez skóry, śmietana 18% (z **mleka**), masło klarowane (z **mleka**), ser mascarpone (z **mleka**), olej rzepakowy, czosnek, gałka muskatowa

Kapuśniak z młodej kapusty z ziemniakami

Składniki: woda, kapusta biała, ziemniaki, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, przecier pomidorowy, kielbasa domowa, olej rzepakowy, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Kompot wieloowocowy

Składniki: woda, jabłko, śliwki bez pestek, mrożone, truskawki, mrożone, wiśnie bez pestek, mrożone, cukier

📅 20.01.2026 wtorek

Kotlet mielony wieprzowy

Składniki: wieprzowina łopatka, bułka tarta (**pszenica**), olej rzepakowy, cebula, **jaja** kurze całe, bułki **pszenne** zwykłe, sól biała, pieprz

Ziemniaki gotowane

Składniki: ziemniaki, sól biała

Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką

Składniki: kapusta pekińska, jabłko, marchew, śmietana 18% (z **mleka**), cytryna, majonez (**jajka**, **gorczyca**), cukier, sól biała, pieprz

Zupa pomidorowa z makaronem

Składniki: woda, passata pomidorowa, marchew, makaron **pszenny** bezjajeczny, śmietana 12% (z **mleka**), skrzydło indyka, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, koncentrat pomidorowy, 30%, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Kompot wieloowocowy

Składniki: woda, jabłko, śliwki bez pestek, mrożone, truskawki, mrożone, wiśnie bez pestek, mrożone, cukier

📅 21.01.2026 środa

Fasolka po bretońsku, bułka pszenna (obiad jednodaniowy)

Składniki: fasola biała, nasiona suche, pomidory w puszcze całe, bułki **pszenne** wrocławskie, cebula, boczek wędzony bez kości, kielbasa toruńska, koncentrat pomidorowy, 30%, masło klarowane (z **mleka**), czosnek

Krupnik z kaszą jęczmienną

Składniki: woda, marchew, kasza **jęczmienna**, perłowa, kurczak, tuszka, wieprzowina żeberka, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Herbata owoce lasu

📅 22.01.2026 czwartek

Gulasz wieprzowo - warzywny

Składniki: wieprzowina łopatka, włoszczyzna krojona w paski, mrożona (**seler**), woda, cebula, mąka **pszenna**, typ 450, olej rzepakowy, masło klarowane (z **mleka**), czosnek, liść laurowy, ziele angielskie, sól biała, pieprz, papryka słodka

Kasza gryczana, gotowana

Ogórki konserwowe (**gorczyca**)

Zupa marchwianka z ziemniakami

Składniki: woda, ziemniaki, marchew, udo z kurczaka, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, koperek, por, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Kompot wieloowocowy

Składniki: woda, jabłko, śliwki bez pestek, mrożone, truskawki, mrożone, wiśnie bez pestek, mrożone, cukier

📅 23.01.2026 piątek

Naleśniki z twarogiem i dżemem ze śmietaną

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, mąka **pszenna**, typ 450, śmietana 18% (z **mleka**), dżem wiśniowy, niskosłodzony, ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), **jaja** kurze całe, cukier, olej rzepakowy

Barszcz zabieleny z jajkiem i ziemniakami

Składniki: woda, burak, ziemniaki, marchew, kurczak, tuszka, **jaja** kurze całe, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, śmietana 12% (z **mleka**), natka pietruszki, koncentrat barszczu czerwonego (**seler**), sól biała, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy

Nektar brzoskwiniowy

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