



JADŁOSPIS WIOSENNY

PLACÓWKA:

KOLISTA – SP 33

DATA:

19–30.04.2021r.

Obiad

Poniedziałek 19.04	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami (pszenica, mleko, seler) 350ml Gulasz wieprzowy z warzywami (pszenica, seler) 150g, kasza jęczmienna (jęczmień) 150g, surówka z ogórka kiszzonego ze szczypiorkiem i marchewką 40g, kalafior z oliwą z oliwek 40g, kompot cytrusowy z miętą 200ml DESER: Jabłko 1 szt.	Poniedziałek 26.04	Zupa brokułowa z ziemniakami (seler, pszenica, mleko) 350ml Makaron z sosem neapolitańskim z warzywami i mozzarellą (seler, pszenica, mleko) 220g, surówka z białej kapusty z zielonym groszkiem i koperkiem 40g, kalafior na parze z sezamem 40g, kompot cytrusowy z melisą 200ml DESER: Banan 1 szt.
Wtorek 20.04	Pół krem porowo – serowy (seler, pszenica, mleko) 350ml Nugetssy z kurczaka w panierce z dodatkiem płatków kukurydzianych (pszenica, jaja) 80g, ziemniaki 150g, bukiet warzyw na parze 40g, surówka z białej kapusty z dipem śmietanowym (mleko) 40g, kompot wiśniowo - rabarbarowy 200ml DESER: Banan 1szt.	Wtorek 27.04	Botwinka z ziemniakami (seler, pszenica, mleko) 350ml Kotlet schabowy w panierce (jaja, pszenica) 80g, ziemniaki z koperkiem 150g surówka z marchewki i jabłka 40g, surówka z czerwonej kapusty parzonej 40g, kompot truskawkowy 200ml DESER: Budyń waniliowy (mleko, pszenica) 150g
Środa 21.04	Zupa z wiosennych warzyw z soczewicą (pszenica, mleko, seler) 350ml Gołąbki hiszpańskie bez zawijania z mięsem 80g, sos pomidorowy (pszenica) 80ml, ziemniaki 150g, sałatka z buraczków w kostce 40g, mix sałat z winegret (gorczyca) 40g, kompot wieloowocowy (truskawka, porzeczka, śliwka) 200ml DESER: Rogal maślany (jaja, pszenica, mleko) – 1szt.	Środa 28.04	Krem z młodego szczawiu z ziemniakami i jajkiem (seler, pszenica, mleko) 350ml Potrawka z kurczaka z dynią (pszenica) 150g, kasza pęczak (jęczmień) 150g, surówka z kapusty pekińskiej z papryką 40g, pieczone buraczki z pietruszką i ziołami 40g, kompot wieloowocowy (truskawka, porzeczka, śliwka) 200ml DESER: Jabłko 1 szt.
Czwartek 22.04	Barszcz biały z ziemniakami i jajkiem (pszenica, mleko, seler, żyto) 350ml Pieczony morszczuk (ryba, jaja, pszenica) 80g, sos śmietanowo - ziołowy (pszenica, mleko) 80g, kasza gryczana 150g, surówka z brokułów i kukurydzy 40g, warzywa po grecku (seler) 40g, kompot cytrusowy z melisą 200ml DESER: Jabłko 1szt.	Czwartek 29.04	Rosół z makaronem (seler, pszenica) 350ml Kotlet mielony z dodatkiem płatków owsianych (jaja, pszenica) 80g, ziemniaki z koperkiem 150g, biała kapusta na ciepło (pszenica) 40g, sałata ze śmietaną (mleko) 40g, kompot cytrusowy 200ml DESER: Kiwi 1 szt.
Piątek 23.04	Krem z kalafiora z curry i grzankami (pszenica, mleko, seler, gorczyca, żyto) 350ml Makaron z serem (pszenica, mleko) 220g, polewa truskawkowa 80ml, surówka z marchewki ze słonecznikiem 40g, pieczona kalarepka 40g, kompot wieloowocowy (truskawka, porzeczka, śliwka) 200ml DESER: Winogrona 100g	Piątek 30.04	Krem ziemniaczany ze zdrowymi strączkami (fasolka biała, cieciora, soczewica, bób) (seler, pszenica) 350ml Naleśniki z serem (pszenica, jaja, mleko) 2szt., polewa wiśniowa (mleko) 60ml, surówka z marchewki z orzechami 40g, kapusta pekińska z sosem malinowym i rodzynkami 40g, kompot wieloowocowy (truskawka, porzeczka, śliwka) 200ml DESER: Ciasto drożdżowe z rabarborem – wypiek własny (jaja, pszenica, mleko) – 1 kawałek

Pogrubioną czcionką oznaczono alergeny zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011.

W zakładzie produkcyjnym używa się: zboża zawierające gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasiona sezamu, orzechy. Każda potrawa może zawierać śladowe ilości wyżej wymienionych alergenów. Podczas wydawania posiłków do wybranej surówki dostępne są dla dzieci ziarna tkj. (słonecznik, dynia i siemię lniane).

Opracowano przez:

mgr inż. Olga Będzińska - dietetyk