

Jadłospis MENU 04.05-29.05.2026

📅 04.05.2026 poniedziałek

Zupa ogórkowa 300 ml

Składniki: 100 ml woda, 40 g ogórek kiszony, 25 g marchew, 25 g ziemniaki, 20 g pietruszka, korzeń, 15 g **seler** korzeniowy, 12 g skrzydło indyka, 10 g śmietana 18% (z **mleka**), 8 g por, 2 g koperek, 0 g sól biała, 0 g pieprz, 0 g liść laurowy, 0 g ziele angielskie

Leczo z indyka z cukinią i kabaczkim 300 ml

Składniki: 150 ml woda, 90 g mięso z piersi indyka, bez skóry, 45 g cukinia, 45 g kabaczek, 38 g marchew, 20 g cebula, 20 g pietruszka, korzeń, 10 g olej rzepakowy, 0 g sól biała, 0 g pieprz, 0 g zioła prowansalskie

Makaron pełnoziarnisty (pszenica) 120 g

📅 05.05.2026 wtorek

Zupa z fasoli szparagowej z ziemniakami 300 ml

Składniki: 200 ml woda, 70 g ziemniaki, 40 g fasolka szparagowa, mrożona, 15 g marchew, 12 g śmietana 18% (z **mleka**), 8 g kurczak, tuszka, 5 g pietruszka, korzeń, 5 g **seler** korzeniowy, 4 g natka pietruszki, 4 g por, 0 g sól biała, 0 g pieprz, 0 g liść laurowy, 0 g ziele angielskie

Eskalopki z kurczaka 110 g

Składniki: 130 g mięso z piersi kurczaka, bez skóry, 13 g olej rzepakowy, 0 g papryka słodka, 0 g sól biała, 0 g pieprz

Ziemniaki 120 g

Marchew z groszkiem gotowana 120 g

Składniki: 60 g marchew z groszkiem, mrożona (marchew 60%, groch zielony 40%)

📅 06.05.2026 środa

Rosół z kurczaka z makaronem 300 g

Składniki: 100 ml woda, 25 g marchew, 20 g pietruszka, korzeń, 15 g udo z kurczaka, 15 g **seler** korzeniowy, 12 g makaron **pszenny** bezjajeczny (mąka z **pszenicy** zwyczajnej), 8 g por, 2 g natka pietruszki, 0 g sól biała, 0 g pieprz, 0 g liść laurowy, 0 g ziele angielskie

Kopytka 300 g

Składniki: 130 g ziemniaki, późne, 23 g mąka **pszenna**, typ 450, 9 g **jaja** kurze całe, 8 g skrobia ziemniaczana

Sos pieczarkowy 120 g

Składniki: 75 g pieczarki świeże, 20 ml woda, 9 g śmietana 18% (z **mleka**), 7 g mąka **pszenna**, typ 450, 6 g cebula, 1 g masło ekstra (z **mleka**), 0 g sól biała, 0 g pieprz

Galaretka truskawkowa własnego wyrobu 250 g

Składniki: 250 g truskawki, 15 g miód pszczeli, 6 g żelatyna

📅 07.05.2026 czwartek

Zupa fasolowa z ziemniakami 300 ml

Składniki: 200 ml woda, 84 g ziemniaki, 20 g fasola biała, nasiona suche, 15 g marchew, 8 g boczek wędzony bez kości, 6 g kurczak, tuszka, 5 g pietruszka, korzeń, 5 g **seler** korzeniowy, 5 g por, 4 g natka pietruszki, 4 g żeberka wieprzowe wędzone, 0 g sól biała, 0 g pieprz, 0 g liść laurowy, 0 g ziele angielskie

Pieczeń wieprzowa w sosie własnym 110 g

Składniki: 70 g wieprzowina szynka surowa, 6 g cebula, 4 g mąka **pszenna** typ 500, z witaminami, 2 g olej rzepakowy

Kasza gryczana 120 g

Ogórek kiszony 120 g

📅 08.05.2026 piątek

Krem z dyni 250 ml

Składniki: 100 g dynia, 60 g ziemniaki, 60 ml **mleko** krowie, 2% tłuszczu, 50 ml woda, 40 g pomidory w puszcze krojone, 10 g cebula, 8 g masło ekstra (z **mleka**), 5 g olej rzepakowy, 2 g czosnek, 0 g sól biała, 0 g kurkuma, 0 g imbir suszony mielony

Makaron z twarogiem i śmietaną 250 g

Składniki: 75 g ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), 70 g makaron **pszenny** bezjajeczny (mąka z **pszenicy** zwyczajnej), 42 g śmietana 18% (z **mleka**), 12 g cukier

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