



JADŁOSPIS JESIENNY

PLACÓWKA: DEMBOWSKIEGO – Sp.66		DATA: 16-13.09.2019
Obiad		
Poniedziałek 16.09	Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną (mleko, seler) 350ml Kotlet pożarski w panierce razowej (pszenica, jaja) 80g, ziemniaki z koperkiem 150g, surówka z kiszanej kapusty 40g, surówka z marchewki i kalarepki z siemieniem lnianym 40g Woda z miętą i cytryną 200ml <u>DESER</u> – Jogurt z musem żurawinowym (mleko) 180/20g	
Wtorek 17.09	Zupa szpinakowa z ziemniakami (mleko, pszenica, seler) 350ml Filet z kurczaka gotowany na parze 80g, sos śmietanowo - pietruszkowy (pszenica, mleko) 60ml, ryż paraboliczny 150g, surówka z kalafiora i marchewki z winegret i sezamem (gorczyca) 40g, buraczki tarte z jabłkiem 40g Kompot porzeczkowy 200ml <u>DESER</u> – Jabłko 1 szt.	
Środa 18.09	Krem z pieczonej dyni z grzankami (mleko, pszenica, żyto, seler) 350ml Gulasz wieprzowy (pszenica) 150g, kasza gryczana 150g, surówka z białej kapusty z czerwoną papryką oraz z dodatkiem orzechów 40g, fasolka szparagowa na parze 40g Kompot jabłkowy 200ml <u>DESER</u> – Nektarynka 1 szt.	
Czwartek 19.09	Zupa koperkowa z zacierką (seler, mleko, pszenica, jaja) 350ml Ryba w panierce kukurydzianej (jaja, pszenica) 80g, ziemniaki z koperkiem 150g, warzywa po grecku (seler) 40g, surówka z kapusty pekińskiej z zielonym groszkiem i sosem śmietanowo – czosnkowym posypana pestkami dyni (mleko) 40g Kompot wiśniowy 200ml <u>DESER</u> – Ciasto drożdżowe ze śliwką węgierką własnego wypieku (pszenica, mleko, jaja) – 1 kawałek	
Piątek 20.09	Barszcz czerwony z ziemniakami (seler, mleko, pszenica) 350ml Pierogi ruskie cebulką (pszenica, jaja, mleko) 5 szt., surówka z białej rzodkwi z marchewką i natką pietruszki z jogurtem 40g, brokuły z prażonym słonecznikiem 40g Woda z miętą i cytryną 200ml <u>DESER</u> – Gruszka 1 szt.	

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.

Opracowano przez:

mgr inż. Olga Będzińska- dietetyk
mgr inż. Milena Janus- dietetyk