

PONIEDZIAŁEK 11/ 11/ 2024r.

WTOREK 12/ 11/ 2024r.

Zupa szczawiowa z jajkiem i ziemniakami 300 ml

Składniki: wywar (woda, kurczak, marchew, por, **seler**, korzeń pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz), ziemniaki, szczaw, **jaja**, sól, pieprz, natka pietruszki, **śmietana**

Makaron farfalle z ziołowym pesto 350 g

Składniki: mąka **pszenna**, szpinak, bazylika, oregano, natka pietruszki, oliwa, **miód**, sok z cytryny, musztarda, olej rzepakowy

owoc sezonowy 75g

woda niegazowana 200 ml

ŚRODA 13/ 11/ 2024r.

Zupa pieczarkowa z makaronem 300 ml

Składniki: wywar(woda, kurczak, marchew, por, **seler**, korzeń pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz) pieczarka, cebula, **śmietana**, makaron pszenny, sól, pieprz, natka pietruszki

Kurczak pieczony, ziemniaki z koperkiem, duszona marchewka 110 g / 120 g / 120 g

Składniki: kurczak, ziemniaki, koperek, olej rzepakowy, zioła, marchew, masło, sól, pieprz , mąka pszenna

owoc sezonowy 75 g

woda niegazowana 200 ml

CZWARTEK 14/ 11/ 2024r.

Zupa groszkowa z ziemniakami 300 ml

Składniki: wywar (woda, kurczak, marchew, por, **seler**, korzeń pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz), ziemniaki, groszek zielony, sól, pieprz, natka pietruszki,

Leczo warzywne z ryżem parabolicznym 350 g

Składniki: cebula, pieczarka, marchew, fasolka szparagowa, cukinia, papryka czerwona, natka pietruszki, ryż paraboliczny, sól, zioła, pieprz, koncentrat pomidorowy

wafelek kakaowy z orzechami

woda niegazowana 200 ml

PIĄTEK 15/ 11/ 2024r.

Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml

Składniki: wywar (woda, kurczak, marchew, por,**seler**, korzeń pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy), koncentrat pomidorowy, natka pietruszki, sól, pieprz, ryż długoziarnisty

Panierowany filec z mintaja, ziemniaki z koperkiem, surówka z czerwonej kapusty 110 g / 120 g / 120 g

Składniki: **filec z mintaja**, **jaja**, ziemniaki, bułka tarta, koperek, olej rzepakowy, czerwona kapusta, sok z cytryny, sól, pieprz, **majonez**

owoc sezonowy 75 g

woda niegazowana 200 ml

PONIEDZIAŁEK 18/ 11/ 2024r.

Zupa kapuściana z ziemniakami 300 ml

Składniki: wywar (woda, kurczak, marchew, por, **seler**, korzeń pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy), biała kapusta, ziemniaki, sól, pieprz, natka pietruszki, cebula

Makaron spaghetti z sosem a'la carbonara 350 g

Składniki: mąka pszenna durum, boczek parzony, **śmietana**, natka pietruszki, czosnek, cebula, olej rzepakowy, ser żółty

owoc sezonowy 75 g

woda niegazowana 200 ml

WTOREK 19/ 11/ 2024r.

Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300 ml

Składniki: wywar (woda, kurczak, marchew, por, **seler**, korzeń pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy), kalafior, ziemniaki, **śmietana**, koperek, sól, pieprz
Pulpet wieprzowy w sosie pomidorowym, ziemniaki z koperkiem, surówka z białej kapusty i pora 110 g 120 g / 120 g

Składniki: łopatka wieprzowa, **jaja**, bułka tarta, ziemniaki, biała kapusta, olej rzepakowy, marchew, koperek, koncentrat pomidorowy, sól, pieprz

owoc sezonowy 75 g

woda niegazowana 200 ml

ŚRODA 20/ 11/ 2024r.

Zupa barszcz ukraiński z fasolą i ziemniakami 300 ml

Składniki: wywar (woda, kurczak, marchew, por, **seler**, korzeń pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy), marchew sól, pieprz, biała fasola, majeranek, burak, cytryna, ziemniaki

Naleśniki z dżemem niskosłodzonym 2 szt

Składniki: **jaja**, **mleko**, mąka pszenna, **dżem** niskosłodzony, olej rzepakowy

soczek owocowy

woda niegazowana 200 ml

CZWARTEK 21/ 11/ 2024r.

Zupa rosół z makaronem jajecznym 300 ml

Składniki: wywar(woda, kurczak, marchew, por, **seler**, korzeń pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy), por, makaron pszenny nitki, lubczyk, wołowina, sól, pieprz, natka pietruszki, seler naciowy, cebula, marchew

Panierowany filec z kurczaka, ziemniaki z koperkiem, surówka z marchwi i ananasa 110 g / 120 g / 120 g

Składniki: filec z kurczaka,olej rzepakowy, ziemniaki, **jaja**, bułka tarta, koperek, sól, pieprz, ananas, marchew , cytryna

owoc sezonowy 75g

woda niegazowana 200 ml

PIĄTEK 22/ 11/ 2024r.

Zupa węgierska 300 ml

Składniki: wywar (woda, kurczak, marchew, por, **seler**, korzeń pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy), ziemniaki marchew, łopatka wieprzowa, kukurydza, pieczarki, koncentrat pomidorowy, papryka, kmin rzymski, sól, pieprz.

Kotlet rybny w sosie koperkowym, kasza kuskus, surówka z selera 110 g 120 g / 120 g

Składniki: **filec z mintaja**, **jaja**, bułka tarta, kasza kuskus, **śmietana**, koperek, **seler**, rodzynki

owoc sezonowy 75 g

woda niegazowana 200 ml