

SKŁAD RECEPTUROWY POTRAW – dostępny bezpośrednio w miejscu wydawania posiłków

PLACÓWKA: KAMIEŃSKIEGO		DATA: 29.04-03.05.2024r.
OBIAD		
Poniedziałek 29.04	<p style="text-align: center;">Kapuśniak z kiszonej kapusty 350ml <i>(woda, mięso z kurczaka, seler, pietruszka, marchew, ziemniaki, kiszona kapusta, cebula, czosnek, przyprawy (sól, pieprz czarny, ziele angielskie, liść laurowy, kminek mielony), mąka pszenna)</i></p> <p style="text-align: center;">Potrawka drobiowa z młodą marchewką 150g <i>(mięso z piersi kurczaka, mięso z podudzia z kurczaka, woda, marchewka, pietruszka, por, olej rzepakowy, przyprawy, mąka pszenna)</i></p> <p style="text-align: center;">Kasza jęczmienna 150g, kalafior ze słonecznikiem 70g <i>(kalafior, słonecznik tuskany, oliwa, sól), kompot cytrusowy z melisą 200ml</i> <i>(melisa suszona, sok z cytryny), owoc 1szt.</i></p>	
Wtorek 30.04	<p style="text-align: center;">Zupa brokułowa z ziemniakami 350ml <i>(woda, mięso z kurczaka, seler, pietruszka, marchew, brokuł, ziemniaki, cebula, czosnek, przyprawy (sól, pieprz czarny, ziele angielskie, liść laurowy), mąka pszenna, śmietana 12%tł.)</i></p> <p style="text-align: center;">Kluski ziemniaczane z mięsem wieprzowym 5szt. <i>(ziemniak, skrobia ziemniaczana, łopatka wieprzowa b/k, cebula, marchew, przyprawy (sól, pieprz, majeranek), olej rzepakowy)</i></p> <p style="text-align: center;">Surówka z ogórka kiszzonego z kukurydzą 70g <i>(ogórek kiszony, kukurydza, marchew, musztarda stołowa (woda, gorczyca, sól, cukier), sok cytrynowy, olej rzepakowy nierafinowany, natka pietruszki, sól, cukier)</i></p> <p style="text-align: center;">Kompot jabłkowo - wiśniowy 200ml <i>(jabłko, wiśnia, sok z cytryny), owoc 1szt.</i></p>	

PLACÓWKA: KAMIEŃSKIEGO		DATA: 06-10.05.2024r.
OBIAD		
Poniedziałek 06.05	<p style="text-align: center;">Zupa kalafiorowa z ziemniakami 350ml <i>(woda, mięso z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, ziemniaki, kalafior, cebula, czosnek, przyprawy (sól, pieprz czarny, ziele angielskie, liść laurowy), mąka pszenna, śmietana 12%tł.)</i></p> <p style="text-align: center;">Spaghetti z sosem bolońskim z mięsa wieprzowego 220g <i>(makaron z pszenicy durum, przecier pomidorowy, woda, koncentrat pomidorowy 30% ekstr, mięso wieprzowe z szynki, cebula, czosnek, olej rzepakowy, przyprawy (sól, pieprz, zioła prowansalskie)</i></p> <p style="text-align: center;">Fasolka szparagowa 70g <i>(fasolka szparagowa, oliwa, sól), kompot cytrusowy z miętą 200ml</i> <i>(mięta suszona, sok z cytryny), owoc 1szt.</i></p>	

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 wymienione alergeny. Podczas wydawania posiłków do wybranej surówki dostępne są dla dzieci ziarna tkj. (słonecznik, dynia i siemię lniane). Firma *Horyzonty Smaku* zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie z przyczyn technologicznych i losowych.

*Opracowano przez: dietetyk **Olę Będzińską** i dietetyk **Wioletę Jakubowską***

Wtorek 07.05	<p style="text-align: center;">Krupnik jęczmienny 350ml <i>(woda, mięso z kurczaka, seler, pietruszka, marchew, ziemniaki, kasza jęczmienna, cebula, czosnek, natka pietruszki, lubczyk, przyprawy (sól, pieprz czarny, ziele angielskie, liść laurowy))</i></p> <p style="text-align: center;">Nuggetsy z piersi kurczaka w płatkach kukurydzianych 80g <i>(filet z piersi kurczaka, jaja, mąka pszenna, płatki kukurydziane, olej rzepakowy, przyprawy (sól, pieprz czarny, papryka słodka mielona, zioła prowansalskie))</i></p> <p style="text-align: center;">Ziemniaki 150g, mizeria 70g (ogórek zielony, jogurt naturalny 2%tł., sól), kompot truskawkowy 200ml (truskawka, sok z cytryny), owoc 1szt.</p>
Środa 08.05	<p style="text-align: center;">Krem z pieczonych warzyw korzeniowych z grzankami 350ml <i>(woda, seler, pietruszka, marchew, ziemniaki, cebula, czosnek, przyprawy (sól, pieprz czarny, ziele angielskie, liść laurowy), chleb mieszany (mąka żytnia, woda, mąka pszenna, drożdże, sól), olej rzepakowy, śmietana 12%tł.)</i></p> <p style="text-align: center;">Morszczuk w panierce 80g (ryba filet z morszczuka, mąka pszenna, jaja, bułka tarta (mąka pszenna, woda, drożdże, sól, cukier), olej rzepakowy, przyprawy (sól, papryka słodka mielona))</p> <p style="text-align: center;">Ziemniaki 150g, surówka z kapusty kiszonej 70g (kapusta kiszona, cebula, marchew, natka pietruszki, oliwa, sól)</p> <p style="text-align: center;">Kompot cytrusowy z melisą 200ml (melisa suszona, sok z cytryny), owoc 1szt.</p>
Czwartek 09.05	<p style="text-align: center;">Rosół z makaronem 350ml <i>(woda, mięso z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, cebula, czosnek, przyprawy (sól, pieprz czarny, ziele angielskie, liść laurowy), natka pietruszki, makaron z pszenicy durum)</i></p> <p style="text-align: center;">Gołąbki hiszpańskie bez zawijania w sosie pomidorowym 80/80g (mięso wieprzowe z szynki, ryż biały, kapusta biała, kapusta kiszona, woda, przecier pomidorowy, koncentrat pomidorowy 30%ekst., mąka pszenna, olej rzepakowy, przyprawy (sól, pieprz, papryka słodka mielona, zioła prowansalskie))</p> <p style="text-align: center;">Ziemniaki 150g, sałata z winegret ze słonecznikiem 70g (sałata lodowa, marchew, słonecznik tuskany, olej rzepakowy, musztarda (woda, gorczyca, sól, cukier), sól, cukier, sok z cytryny, natka pietruszki)</p> <p style="text-align: center;">Kompot jabłkowy 200ml (jabłko, sok z cytryny), owoc 1szt.</p>
Piątek 10.05	<p style="text-align: center;">Barszcz czerwony z ziemniakami 350ml <i>(woda, mięso z kurczaka, buraki, seler, pietruszka, marchew, ziemniaki, cebula, majeranek, czosnek, przyprawy (sól, pieprz czarny, ziele angielskie, liść laurowy), zakwas buraczany (buraki, sól, czosnek, ziele angielskie, liść laurowy), śmietana 12%tł., mąka pszenna)</i></p> <p style="text-align: center;">Pierogi ruskie z cebulką 5szt. (mąka pszenna, twaróg półtłusty, ziemniak, cebula, olej rzepakowy, sól, pieprz)</p> <p style="text-align: center;">Surówka colesław 70g (kapusta biała, marchew, jogurt naturalny 2%tł., majonez (olej rzepakowy, jaja, sok z cytryny, gorczyca, sól), olej rzepakowy, sól, cukier, natka pietruszki)</p> <p style="text-align: center;">Kompot wieloowocowy (truskawka, porzeczka, jabłko) 200ml (truskawka, porzeczka czarna, porzeczka czerwona, jabłko, sok z cytryny), owoc 1szt.</p>

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 wymienione alergeny. Podczas wydawania posiłków do wybranej surówki dostępne są dla dzieci ziarna tkj. (słonecznik, dynia i siemię lniane). Firma Horyzonty Smaku zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie z przyczyn technologicznych i losowych.

Opracowano przez: dietetyk Olę Będzińską i dietetyk Wioletę Jakubowską