**JADŁOSPIS–MARZEC**

**01.03-03.03.2023**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **data** | **dzień** | **jadłospis** | **gramatura** |
| **01.03.2023** | **Środa** | zupa jarzynowa | 350ml |
|  | bitki wieprzowe w sosie | 80 g + 80 g |
| kasza jęczmienna | 150g |
|  | kapusta biała gotowana | 80 g |
| **Alergeny** | 1,3,7,9,10 |  |
| **02.03.2023** | **Czwartek** | zupapomidorowa z makaronem | 350ml |
|  | nuggetsy drobiowe | 80 g |
| ziemniaki | 150 g |
|  | surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą | 80 g |
| **Alergeny** | 1,3,7,9 |  |
| **03.03.2023** | **Piątek** | zupa fasolowa | 350 ml  |
| **Alergeny** | twarożek ze śmietanką (dodatki szczypiorek i rzodkiewka) | 200 g  |
| ziemniaki | 150 g |
| 1,3,7,9 |  |

**Jadłospis Tygodniowy**

**06.03-10.03.2023**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **data** | **dzień** |  | **gramatura** |
| **06.03.2023** | **Poniedziałek** | zupa ogórkowa | 350ml |
|  | gulasz drobiowy | 160 g |
| makaron | 150g |
|  | kapusta modra gotowana | 80 g |
| **Alergeny** | 1,3,7,9,10 |  |
| **07.03.2023** | **Wtorek** | zupa serowa z makaronem | 350ml |
|  | kotlety à la gołąbki w sosie | 80 g + 80 g |
| ziemniaki | 150g |
| marchewka gotowana z bułka tartą | 80 g |
| **Alergeny** | 1,3,7,9,10 |  |
| **08.03.2023** | **Środa** | zupa grochowa  | 350ml |
|  | kopytka z kiełbasą | 220 g |
| kapusta kiszona gotowana | 80g |
| **Alergeny** | 1,3,7,9, |  |
| **09.03.2023** | **Czwartek** | rosół z makaronem | 350ml |
|  | filet drobiowy panierowany | 80 g |
| ziemniaki | 150 g |
| surówka z marchewki i selera | 80g |
| **Alergeny** | 1,3,4,7,9 |  |
| **10.03.2023 Piątek** | barszcz z warzywami | 350 ml |
| **Alergeny** | ryż zapiekany z musem jabłkowym | 300 g |
| 1,3,4,9,10 |  |

**Jadłospis Tygodniowy**

**13.03 -17.03.2023**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **data** | **dzień** |  | **gramatura** |
| **13.03.2023** | **Poniedziałek** | kapuśniak z białej kapusty | 350ml |
|  | sos mięsno-warzywny | 160 g |
| makaron spaghetti | 150g |
| **Alergeny** | 1,3,7,9,10 |  |
| **14.03.2023** | **Wtorek** | zupa wiśniowa z makaronem | 350ml |
|  | udko drobiowe w sosie | 80 g + 80 g  |
| ziemniaki | 150g |
| surówka z kapusty białej z marchewką | 80g |
| **Alergeny** | 1,3,7,9,10 |  |
| **15.03.2023** | **Środa** | zupa ziemniaczana z kiełbasą | 350ml |
|  | pieczeń rzymska w sosie | 80 g + 80 g |
| kasza jęczmienna | 150 g |
| surówka z ogórka kiszonego | 80g |
| **Alergeny** | 1,3,7,9 |  |
| **16.03.2023** | **Czwartek** | zupa koperkowa z kluseczkami | 350ml |
|  | klopsik drobiowy | 80g  |
| ziemniaki | 150g |
|  | surówka wielowarzywna | 80 g |
| **Alergeny** | 1,3,7,9 |  |
| **17.03.2023 Piątek** | barszcz z makaronem | 350 ml |
| **Alergeny** | paluszki rybne | 80 g |
| ziemniaki | 150 g |
| surówka z kapusty kiszonej | 80 g |
| 1,3,7,9 |  |

**Jadłospis Tygodniowy**

**20.03-24.03.2023**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **data** | **dzień** |  | **gramatura** |
| **20.03.2023** | **Poniedziałek** | kapuśniak z kapusty kiszonej | 350ml |
|  | kurczak w sosie słodko-kwaśnym | 160 g |
| ryż | 150 g |
| **Alergeny** | 1,3,7,9,10 |  |
| **21.03.2023** | **Wtorek** | zupa pomidorowa z makaronem | 350ml |
|  | kotlet schabowy | 80 g  |
| ziemniaki | 150g |
| warzywa gotowane | 80g |
| **Alergeny** | 1,3,7,9,10 |  |
| **22.03.2023** | **Środa** | zupa kalafiorowa z ziemniakami | 350ml |
|  | gulasz wieprzowy z warzywami | 80 g + 80 g |
| pyzy drożdżowe |  |
| **Alergeny** | 1,3,7,9 |  |
| **23.03.2023** | **Czwartek** | rosół z makaronem | 350ml |
|  | de volaille z masłem | 80g  |
| ziemniaki | 150g |
|  | surówka z białej kapusty z koperkiem | 80 g |
| **Alergeny** | 1,3,7,9 |  |
| **24.03.2023 Piątek** | zupa z fasolki szparagowej | 350 ml |
| **Alergeny** | naleśniki z serem i dżemem |  |
| 1,3,7,9 |  |

**Jadłospis Tygodniowy**

**27.03-31.03.2023**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **data** | **dzień** |  | **gramatura** |
| **27.03.2023** | **Poniedziałek** | żurek z kiełbasą | 350ml |
|  | zapiekanka makaronowa z mięsem, warzywami i sosem pomidorowym | 300 g |
| **Alergeny** | 1,3,7,9,10 |  |
| **28.03.2023** | **Wtorek** | krupnik z ryżem | 350ml |
|  | polędwiczki w sosie śmietanowym | 80 g  |
| ziemniaki | 150g |
| fasolka gotowana | 80g |
| **Alergeny** | 1,3,7,9,10 |  |
| **29.03.2023** | **Środa** | zupa ogórkowa | 350ml |
|  | zraz mielony | 80 g  |
| ziemniaki |  10 g |
|  | buraczki zasmażane | 80 g |
| **Alergeny** | 1,3,7,9 |  |
| **30.03.2023** | **Czwartek** | zupa ziemniaczana | 350ml |
|  | potrawka z kurczaka | 80g + 80 g |
| ryż | 150g |
|  | marchewka oprószana | 80 g |
| **Alergeny** | 1,3,7,9 |  |
| **31.03.2023 Piątek** | zupa jarzynowa | 350 ml |
| **Alergeny** | kluski leniwe | 200 g |
| surówka z marchewki i jabłka | 80 g |
| 1,3,7,9 |  |