

## Jadłospis - dieta Podstawowa

### Poniedziałek

11.12.2023

Obiad  
Zupa kalafiorowa: woda, wołowina, kalafior, marchew, seler, ziemniaki, przyprawy, śmietana 18% mleko łącznie z laktozą  
Ryż z cynamonem: mleko 2% tłuszczu, ryż, cynamon, jogurt naturalny 3% tłuszczu  
Seler naciowy  
Woda z miodem i cytryną  
Alergeny: 1, 3, 7, 9

### Wtorek

12.12.2023

Obiad  
Zupa pieczarkowa z makaronem: woda, kurczak, pieczarki, marchew, seler, przyprawy, śmietana 18% mleko łącznie z laktozą  
Klopsiki w sosie jarzynowym: mielone, cebula, mąka, marchew, seler, przyprawy  
Kasza pęczak  
Surówka z marchwi: marchew, jabłka, jogurt naturalny 35 tłuszczu  
Alergeny: 1, 3, 7, 9

### Środa

13.12.2023

Obiad  
Zupa grochowa: woda, wołowina, marchew, seler, groch, ziemniaki, przyprawy  
Pierogi z truskawką: mąka, jaja, truskawka  
Jogurt pitny  
Rzodkiewka  
Alergeny: 1, 3, 7, 9

### Czwartek

14.12.2023

Obiad  
Zupa zacierkowa: woda, kurczak, marchew, seler, makaron zacierka, przyprawy, ziemniaki  
Udziec w sosie jarzynowym : udziec, marchew, seler. przyprawy  
Ziemniaki  
Mix sałat: sałata, lodowa, masłowa, oliwki, sałata roszpunka, rukola, sos winegret( oliwa, cytryna, musztarda, sól, pieprz)  
Kompot truskawkowy  
Banan  
Alergeny: 1, 3, 7, 9

### Piątek

15.12.2023

Obiad  
Zupa szczawiowa: woda, kurczak, szczaw, jaja, śmietana 18% mleko łącznie z laktozą, ziemniaki, przyprawy  
Ryba po grecku: ryba, marchew, seler, pietruszka, por, przyprawy, koncentrat pomidorowy 30%  
Ziemniaki  
Jabłko  
Woda niegazowana  
Alergeny: 1, 3, 4, 7,9