

## Jadłospis - dieta Podstawowa

### Poniedziałek

19.02.2024

Obiad Zupa gulaszowa: woda, porcje, marchew, seler, pieczarki, papryka, ziemniaki, koncentrat pomidorowy  
Pierogi z serem: mąka jaja, woda, ser biały półtłusty, jogurt naturalny 3% tłuszczu  
Jabłko  
Woda z pomarańczą i miodem  
Alergeny: 1, 3, 7, 9

### Wtorek

20.02.2024

Obiad Zupa krupnik: woda, wołowina, marchew, seler, kasza jęczmienna, ziemniaki, przyprawy  
Kotlet schabowy smażony: schab, bułka tarta, jaja, olej przyprawy  
Surówka z kapusty pekińskiej: kapusta, kukurydza, koper, pomidory cherry, jogurt naturalny 3% tłuszczu  
Ziemniaki  
Kompot gruszkowy: woda, gruszki, miód  
Alergeny: 1, 3, 7, 9

### Środa

21.02.2024

Obiad Kapuśniak z kapusty białej : woda, porcje rosółowe, kapusta biała, ziemniaki, kiełbasa biała, przyprawy  
Kotlet z jaj duszony: jaja, bułki graham, szczypiorek, bułka tarta, olej  
Sałata z jogurtem: sałata, jogurt naturalny 3% tłuszczu  
Ziemniaki  
Kompot truskawkowy  
Alergeny: 1, 3, 7, 9

### Czwartek

22.02.2024

Obiad Rosół drobiowo-wołowy: woda, kurczak ,wołowina, marchew, seler,przyprawy  
Kurczak w sosie słodko - kwaśnym: filet, ananas, brzoskwinie, ketchup  
Makaron kolorowy  
Woda z cytryną i imbirem  
Mandarynka  
Alergeny: 1, 3, 7, 9

### Piątek

23.02.2024

Obiad Barszcz ukraiński: woda, wołowina, buraki, marchew, fasolka, śmietana 18% mleko łącznie z laktozą, przyprawy  
Ryba smażona: ryba, jaja, przyprawy, olej  
Warzywa z wody  
Sos tzatzyki: ogórki, czosnek, jogurt naturalny 3% tłuszczu, limonki, oliwa z oliwek  
Pomarańcza  
Woda niegazowana  
Alergeny: 1, 3, 4, 7, 9