

## Jadłospis - dieta Podstawowa

### Poniedziałek

11.03.2024

Obiad Zupa pomidorowa z makaronem: woda, szponder, marchew, seler, koncentrat 30%, śmietana 18% mleko łącznie z laktozą  
Ryż na mleku z jabłkiem: ryż, jabłka, mleko 2% tłuszczu, jogurt naturalny 3% tłuszczu, cynamon  
Marchew  
Woda z miodem limonką i miętą  
Alergeny: 1, 3, 7, 9

### Wtorek

12.03.2024

Obiad Zupa brokułowa: woda, szponder, brokuły, marchew, seler, ziemniaki, śmietana 18% mlekiem łącznie z laktozą  
Pulpety w sosie pieczarkowym : mielone, cebula, jaja, przyprawy, bułka tarta, olej, pieczarki, mąka  
Kasza bulgur  
Surówka z kapusty pekińskiej: kapusta, marchew, groszek, koper, jogurt naturalny  
Banan  
Kompot wiśniowy  
Alergeny: 1, 3, 7, 9

### Środa

13.03.2024

Obiad Żurek z białą kielbasą i jajkiem: woda, porcje rosółowe, marchew, seler, śmietana 18% mleko łącznie z laktozą, ziemniaki, kielbasa , jaja  
Pierogi z serem: mąka, jaja, woda, ser biały półtłusty, jogurt naturalny  
Rzodkiewka  
Woda z pomarańczą i miodem  
Alergeny: 1, 3, 7, 9

### Czwartek

14.03.2024

Obiad Kapuśniak z kiszonej kapusty: woda, wołowina, kapusta kiszona(sól, marchew), ziemniaki, przyprawy  
Żołądki drobiowe  
Ziemniaki  
Sałatka fit: mix sałat, szczypior, ser typu feta, oliwki, rukola, przyprawy, oliwa z oliwek  
Kompot z aronii  
Jabłko  
Alergeny: 1, 3, 7, 9

### Piątek

15.03.2024

Obiad Zupa krupnik: woda, porcje, marchew, seler, kasza jęczmienna, ziemniaki, przyprawy  
Hamburger rybny: ryba, jaja, płatki , przyprawy, bułki graham  
Warzywa z wody  
Sos śmietanowo -koperkowy: jogurt naturalny 3% tłuszczu, śmietana 18%, koper, przyprawy  
Seler naciowy  
Woda niegazowana  
Alergeny: 1, 3, 4, 7, 9