

Jadłospis Staniszewo kwiecień:

📅 01.04.2025 Wtorek

Obiad

Zupa fasolowa z ziemniakami

Składniki: woda, ziemniaki, fasola biała, nasiona suche, marchew, boczek wędzony bez kości, kurczak, tuszka, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, żeberka wieprzowe wędzone, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Makaron zapiekany

Składniki: makaron pełnoziarnisty (**pszenica**), ser gouda tłusty (z **mleka**), szynka delikatkowa z kurczaka, papryka czerwona, śmietana 18% (z **mleka**), olej rzepakowy, zioła prowansalskie, sól biała, pieprz

Energia: 419 kcal

📅 02.04.2025 Środa

Obiad

Zupa ogórkowa

Składniki: woda, ogórek kiszony, marchew, ziemniaki, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, skrzydło indyka, śmietana 18% (z **mleka**), por, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Rolada z kurczaka z natką pietruszki

Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, natka pietruszki, olej rzepakowy, **jaja** kurze całe, bułki **pszenne** zwykłe, cebula

Ziemniaki gotowane

Składniki: ziemniaki, sól biała

Surówka z marchewki i jabłka

Składniki: marchew, jabłko, olej rzepakowy

Energia: 403 kcal

Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez **podkreślenie**.

📅 03.04.2025 Czwartek

Obiad

Zupa kalafiorowa

Składniki: woda, kalafior, marchew, pietruszka, korzeń, ziemniaki, **seler** korzeniowy, mięso z ud kurczaka, bez skóry, śmietana 18% (z **mleka**), por, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Kotlet pożarski

Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, **jaja** kurze całe, bułki **pszenne** zwykłe, bułka tarta (**pszenica**), olej rzepakowy, natka pietruszki, sól biała, pieprz

Ziemniaki gotowane

Składniki: ziemniaki, sól biała

Surówka z ogórka kiszzonego

Składniki: ogórek kiszony, cebula, olej rzepakowy

Energia: 391 kcal

📅 04.04.2025 Piątek

Obiad

Rosół z kurczaka z makaronem

Składniki: woda, marchew, pietruszka, korzeń, udo z kurczaka, **seler** korzeniowy, makaron **pszenny** bezglutenowy, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Jajko sadzone

Składniki: **jaja** kurze całe, olej rzepakowy

Ziemniaki z koperkiem

Składniki: ziemniaki, koperek

Surówka z kapusty kiszzonej z marchewką i natką pietruszki

Składniki: kapusta kiszona, marchew, olej rzepakowy, natka pietruszki, cukier

Energia: 401 kcal

📅 **07.04.2025** **Poniedziałek**

Obiad

Krupnik z kaszą jęczmienną

Składniki: woda, marchew, ziemniaki, pietruszka, korzeń, mięso z ud kurczaka, bez skóry, **seler** korzeniowy, por, kasza **jęczmienna**, perłowa, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Makaron z truskawkami i jogurtem greckim

Składniki: makaron **pszenny** bezjajeczny, truskawki, mrożone, jogurt grecki (z **mleka**), cukier, cytryna

Energia: 403 kcal

📅 **08.04.2025** **Wtorek**

Obiad

Zupa marchwianka z ziemniakami

Składniki: woda, ziemniaki, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, udo z kurczaka, por, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Kotlet drobiowy

Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, **jaja** kurze całe, bułka tarta (**pszenica**), olej rzepakowy, sól biała, pieprz

Ziemniaki gotowane

Składniki: ziemniaki, sól biała

Surówka z czerwonej kapusty z jogurtem

Składniki: kapusta czerwona, jogurt grecki (z **mleka**), cebula

Energia: 399 kcal

📅 **09.04.2025** **Środa**

Obiad

Zupa fasolowa z ziemniakami

Składniki: woda, ziemniaki, marchew, fasola biała, nasiona suche, boczek wędzony bez kości, kurczak, tuszka, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, żeberka wieprzowe wędzone, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Pulpeciki w sosie pieczarkowym

Składniki: mięso mielone z kurczaka, pieczarki świeże, bulionwarzywny, cebula, **jaja** kurze całe, mąka **pszenna**, typ 500, bułka tarta (**pszenica**), czosnek, mąka ziemniaczana (**soja**, **mleko**, **sezam**), olej rzepakowy, papryka wędzona, sól biała, pieprz

Ziemniaki, gotowane w wodzie Surówka z kapusty pekińskiej, z marchewką, kukurydzą i jogurtem greckim

Składniki: kapusta pekińska, marchew, jogurt grecki (z **mleka**), kukurydza, mrożona, cebula, koperek

Energia: 442 kcal

Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez **podkreślenie**.

📅 **10.04.2025** **Czwartek**

Obiad

Zupa brokułowa

Składniki: woda, brokuły, mrożone, marchew, ziemniaki, pietruszka, korzeń, udo z kurczaka, **seler** korzeniowy, por, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Pierś gotowana z warzywami

Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, marchew, mrożona, brokuły, mrożone, kalafior, mrożony, sól biała, pieprz

Ziemniaki gotowane

Składniki: ziemniaki, sól biała

Energia: 376 kcal

📅 **11.04.2025** **Piątek**

Obiad

Zupa kalafiorowa

Składniki: woda, kalafior, marchew, pietruszka, korzeń, ziemniaki, **seler** korzeniowy, mięso z ud kurczaka, bez skóry, śmietana 18% (z **mleka**), por, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Mintaj panierowany

Składniki: **mintaj** świeży, olej słonecznikowy, **jaja** kurze całe, pieprz, ser gouda tłusty (z **mleka**), sól biała

Ziemniaki gotowane

Składniki: ziemniaki, sól biała

Surówka z kapusty kiszzonej z marchewką i natką pietruszki

Składniki: kapusta kiszona, marchew, olej rzepakowy, natka pietruszki, cukier

Energia: 376 kcal

Intendentpro

Jadłospis Staniszewo kwiecień:

📅 **14.04.2025** **Poniedziałek**

Obiad

Zupa pomidorowa

Składniki: woda, marchew, pietruszka, korzeń, mięso z ud kurczaka, bez skóry, **seler** korzeniowy, koncentrat pomidorowy, 30%, śmietana 18% (z **mleka**), por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Potrawka z kurczaka

Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, woda, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, cebula, mąka **pszenna**, typ 450, masło ekstra (z **mleka**)

Ryż biały

Energia: 454 kcal

📅 **15.04.2025** **Wtorek**

Obiad

Zupa warzywna

Składniki: woda, kalafior, brokuły, cukinia, marchew, ziemniaki, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, cząber suszony

Kotlet schabowy

Składniki: wieprzowina schab surowy bez kości, bułka tarta (**pszenica**), **jaja** kurze całe, olej rzepakowy, pieprz, sól biała

Ziemniaki gotowane

Składniki: ziemniaki, sól biała

Surówka wielowarzywna

Składniki: kapusta włoska, marchew, jabłko, por, papryka czerwona, olej rzepakowy, koperek

Energia: 437 kcal

📅 **16.04.2025** **Środa**

Obiad

Zupa ogórkowa

Składniki: woda, ogórek kiszony, marchew, ziemniaki, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, skrzydło indyka, śmietana 18% (z **mleka**), por, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Rzucanki drobiowe

Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, mąka **pszenna**, typ 450, **jaja** kurze całe, papryka czerwona, pieczarki świeże, cebula, ser gouda tłusty (z **mleka**), **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, sól biała, pieprz

Ziemniaki gotowane

Składniki: ziemniaki, sól biała

Energia: 408 kcal

Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez **podkreślenie**.

📅 **17.04.2025** **Czwartek**

Obiad

Zupa kalafiorowa

Składniki: woda, kalafior, marchew, pietruszka, korzeń, ziemniaki, mięso z ud kurczaka, bez skóry, **seler** korzeniowy, śmietana 18% (z **mleka**), por, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Poleđwiczki w sosie serowym

Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, bulionwarzywny, ser topiony, edamski (z **mleka**), mąka **pszenna**, typ 500, czosnek, natka pietruszki, śmietana 18% (z **mleka**), olej rzepakowy, sól biała, pieprz

Ziemniaki z koperkiem

Składniki: ziemniaki, koperek

Surówka z kapusty kiszonej z papryką i cebulką

Składniki: kapusta kiszona, cebula, papryka czerwona, koperek, olej rzepakowy

Energia: 421 kcal

📅 **18.04.2025** **Piątek**

Obiad

Rosół z kurczaka z makaronem

Składniki: woda, marchew, pietruszka, korzeń, udo z kurczaka, **seler** korzeniowy, makaron **pszenny** bezjajeczny, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Jajko sadzone

Składniki: **jaja** kurze całe, olej rzepakowy

Ziemniaki z koperkiem

Składniki: ziemniaki, koperek

Surówka z kapusty kiszonej z marchewką i natką pietruszki

Składniki: kapusta kiszona, marchew, olej rzepakowy, natka pietruszki, cukier

Energia: 401 kcal

Jadłospis Staniszewo kwiecień:

📅 22.04.2025 Wtorek

Obiad

Zupa marchwianka z ziemniakami

Składniki: woda, ziemniaki, marchew, **seler** korzeniowy, udo z kurczaka, pietruszka, korzeń, por, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Pulpety w sosie z pomidorów

Składniki: pomidor, bulionwarzywny, wieprzowina łopatką, czosnek, bazylią suszona, pieprz, sól biała

Ziemniaki z koperkiem

Składniki: ziemniaki, koperek

Surówka wielowarzywna

Składniki: kapusta włoska, marchew, jabłko, por, papryka czerwona, olej rzepakowy, koperek

Energia: 394 kcal

📅 23.04.2025 Środa

Obiad

Zupa fasolowa z ziemniakami

Składniki: woda, ziemniaki, marchew, kurczak, tuszka, fasola biała, nasiona suche, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, żeberka wieprzowe wędzone, boczek wędzony bez kości, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Pierś z kurczaka w sosie szpinakowym

Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, szpinak, **mleko** krowie uht, 1,5% tłuszczu, ser pleśniowy lazur (z **mleka**), sok cytrynowy 100%, czosnek, mąka kukurydziana, pieprz, sól biała, gałka muszkatołowa

Ziemniaki z koperkiem

Składniki: ziemniaki, koperek

Surówka z selera z jogurtem naturalnym i żurawiną

Składniki: **seler** korzeniowy, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), żurawina suszona

Energia: 412 kcal

Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez **podkreślenie**.

📅 24.04.2025 Czwartek

Obiad

Zupa brokułowa

Składniki: woda, brokuły, mrożone, ziemniaki, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, udo z kurczaka, por, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Pieczone udko z kurczaka

Składniki: udo z kurczaka, olej rzepakowy, sok cytrynowy 100%, czosnek, kurkuma, oregano suszone, papryka słodka, pieprz, tymianek

Ziemniaki gotowane

Składniki: ziemniaki, sól biała

Surówka z białej kapusty z jogurtem greckim

Składniki: kapusta biała, jogurt grecki (z **mleka**)

Energia: 393 kcal

📅 25.04.2025 Piątek

Obiad

Zupa kalafiorowa

Składniki: woda, kalafior, marchew, pietruszka, korzeń, ziemniaki, **seler** korzeniowy, mięso z ud kurczaka, bez skóry, śmietana 18% (z **mleka**), por, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Paluszki rybne pieczone

Składniki: paluszki **rybne** mrożone

Ziemniaki**Surówka z kapusty kiszzonej z papryką i cebulką**

Składniki: kapusta kiszona, cebula, papryka czerwona, olej rzepakowy, koperek

Energia: 440 kcal

📅 28.04.2025 **Poniedziałek****Obiad****Zupa pomidorowa**

Składniki: woda, marchew, pietruszka, korzeń, mięso z ud kurczaka, bez skóry, **seler** korzeniowy, koncentrat pomidorowy, 30%, śmietana 18% (z **mleka**), por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Pieczeń wieprzowa rzymska

Składniki: wieprzowina szynka surowa, bułki **pszenne** zwykłe, **jaja** kurze całe, skrobia ziemniaczana

Kasza kuskus (pszenica)**Surówka z białej kapusty Colesław**

Składniki: kapusta biała, marchew, koperek, majonez (**jajka**, **gorczyca**)

Energia: 478 kcal

📅 29.04.2025 **Wtorek****Obiad****Zupa fasolowa z ziemniakami**

Składniki: woda, ziemniaki, fasola biała, nasiona suche, marchew, boczek wędzony bez kości, kurczak, tuszka, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, żeberka wieprzowe wędzone, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Makaron zapiekany

Składniki: makaron pełnoziarnisty (**pszenica**), ser gouda tłusty (z **mleka**), szynka delikatesowa z kurczaka, papryka czerwona, śmietana 18% (z **mleka**), olej rzepakowy, zioła prowansalskie, sól biała, pieprz

Energia: 419 kcal

📅 30.04.2025 **Środa****Obiad****Zupa ogórkowa**

Składniki: woda, ogórek kiszony, marchew, ziemniaki, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, skrzydło indyka, śmietana 18% (z **mleka**), por, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Rolada z kurczaka z natką pietruszki

Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, natka pietruszki, olej rzepakowy, **jaja** kurze całe, bułki **pszenne** zwykłe, cebula

Ziemniaki gotowane

Składniki: ziemniaki, sól biała

Surówka z marchewki i jabłka

Składniki: marchew, jabłko, olej rzepakowy

Energia: 390 kcal

Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez **podkreślenie**.**Dzień wolny****Dzień wolny**