**Centrum Żywienia**

**Gaj, ul. Zadziele 43**

**JADŁOSPIS**

**28.03.2022r. – 1.04.2022r.**

Wytłuszczonym drukiem zaznaczone są substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji.

Rozporządzenie Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) nr 1169/2011 z dnia 25 października 2011 w sprawie przekazywania konsumentom informacji na temat żywności

DNIA: 28.03.2022r.

ŚNIADANIE

Pieczywo mieszane, masło, ser mozzarella, pomidor, ogórek zielony, kakao, herbata

Jabłko

SKŁADNIKI:

Chleb zwykły – ( mąka **pszenna 650**, mąka **pszenna** 750, mąka **żytnia** 720, woda, drożdże, sól, Może zawierać mleko, **jaja, sezam, soję i orzechy**.

Graham **–** (mąka **pszenna** 750**,** mąka **pszenna graham** 1850, woda, mąka **żytnia 720**, kwas naturalny,, płatki owsiane, drożdże, sól). , Może zawierać mleko, **jaja, sezam, soję i orzechy**.

Masło - ( śmietana **(mleko)** zawartość tłuszczu – 83%

Ser mozzarella - (**mleko**, sól, czyste kultury bakterii i kwasu mlekowego, podpuszczka, regulator kwasowości E260))

warzywa – pomidor, ogórek zielony

Kakao **- mleko** 2%, miód pszczeli wielokwiatowy RYDEŁKO**,** kakao WEDEL naturalne o obniżonej zawartości tłuszczu

Herbata – miód pszczeli wielokwiatowy RYDEŁKO , herbata liściasta TYLOS, cytryna, cukier

Owoce - jabłko

OBIAD

Zupa ogórkowa z ziemniakami, kasza jęczmienna, gulasz wieprzowy, sur. z kapusty pekińskiej, kompot wieloowocowy

SKŁADNIKI:

Zupa – Ziemniaki, ogórek kiszony (ogórki, woda, sól, czosnek, koper, **gorczyca)**, jarzyna świeża ( marchewka, pietruszka**, seler**, por, cebula), ryż biały, śmietana 18% (**mleko**), **mleko,** mąka **pszenna,** masło( śmietana **(mleko)** zawartość tłuszczu – 83%), przyprawy -sól, pieprz, lubczyk, majeranek, papryka słodka

Kasza jęczmienna, **mleko**, olej rzepakowy, przyprawy: liść, laurowy, ziele angielskie, sól

Gulasz – pieczeń wieprzowa szynka, śmietana 18% **(mleko)**, **mleko,** cebula, mąka **pszenna**, czosnek, przyprawy – sól, pieprz czarny, papryka słodka , lubczyk, kminek

Sur. – kapusta pekińska, marchewka, jabłko, olej rzepakowy, sól, cukier, bazylia

Kompot – mieszanka owocowa mrożona ( śliwka, porzeczka czarna i czerwona, truskawka, agrest), cukier

PODWIECZOREK

weka, masło, dżem truskawkowy, mleko

SKLADNIKI:

**Mleko** UHT 2%

***Weka pszenna - mąka pszenna typ 500,*** woda, drożdże piekarskie, sól, środki do przetwarzania mąki <0,5%: kwas askorbinowy, enzymy.

Może zawierać śladowe ilości: ***soi, mleka i pochodnych jaj i sezamu***.

Masło - ( śmietana **(mleko)** zawartość tłuszczu – 83%

Dżem truskawkowy - (100g owoców truskawki użyto do wyprodukowania 100g produktu , cukry pochodzące z owoców, zagęszczony sok cytrynowy do korekty smaku, substancja żelująca – pektyny)

Napoje

Woda mineralna (CISOWIANKA, MAGNE VITA) niegazowana

Sok jabłkowy 100%

DNIA: 29.03.2022r.

ŚNIADANIE

Pieczywo mieszane, masło, pasta jajeczna ze szczypiorkiem, rzodkiewka, kakao, herbata

Banan

SKŁADNIKI:

Chleb zwykły – ( mąka **pszenna 650**, mąka **pszenna** 750, mąka **żytnia** 720, woda, drożdże, sól, Może zawierać mleko, **jaja, sezam, soję i orzechy**.

Graham **–** (mąka **pszenna** 750**,** mąka **pszenna graham** 1850, woda, mąka **żytnia 720**, kwas naturalny,, płatki owsiane, drożdże, sól). , Może zawierać mleko, **jaja, sezam, soję i orzechy**.

Masło - ( śmietana **(mleko)** zawartość tłuszczu – 83%

Pasta jajeczna **– jajka**, jogurt naturalny (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii jogurtowych oraz Lacidophilus), szczypiorek, sól

Warzywa – szczypiorek, rzodkiewka

Kakao**- mleko** 2%, kakao naturalne o obniżonej zawartości tłuszczu, miód pszczeli wielokwiatowy

Herbata – miód pszczeli, herbata liściasta, cytryna, cukier

owoce – banan

OBIAD

Kapuśniak z ziemniakami, kiełbaską i mięsem, naleśniki z serem i dżemem, marchewka tarta, kompot wieloowocowy

SKŁADNIKI:

Kapuśniak – ziemniaki, kapusta kiszona ( kapusta, marchewka, sól), jarzynka świeża (marchewka, pietruszka, seler, cebula), kiełbasa SWOJSKA ekstra - (mięso wieprzowe, tłuszcz wieprzowy, sól, czosnek, pieprz czarny. Na 100g produktu użyto 117g surowca mięsnego wieprzowego**, E(220**)) pieczeń wieprzowa,mąka **pszenna,** masło( śmietana **(mleko)** , przyprawy - liść laurowy, ziele angielskie, sól, pieprz, papryka słodka, lubczyk, majeranek

Naleśniki –ciasto: mąka **pszenna**,  **mleko**, **jajka**, cukier, olej rzepakowy

Serek śmietankowy 75%- ser twarogowy półtłusty **(mleko)**, śmietana18% (**mleko)**, cukier

Dżem truskawkowo porzeczkowy 25% - (100g owoców truskawki i czerwonych porzeczek użyto do wyprodukowania 100g produktu w tym 75g truskawki i 25 g czerwonych porzeczek, zagęszczony sok jabłkowy, substancja żelująca – pektyny)

Surówka – marchewka, śmietana 18% (**mleko)**, sok z cytryny, miód pszczeli

Kompot – mieszanka owocowa mrożona ( śliwka, porzeczka czarna i czerwona, truskawka, agrest), cukier

PODWIECZOREK

Pieczywo graham, pasta warzywno mięsna z kaszą gryczaną, ogórek zielony, herbata owocowa

SKLADNIKI:

Graham **–** (mąka **pszenna** 750**,** mąka **pszenna graham** 1850, woda, mąka **żytnia 720**, kwas naturalny,, płatki owsiane, drożdże, sól). , Może zawierać mleko, **jaja, sezam, soję i orzechy**.

Pasta - mięso szynka wieprzowa, warzywa świeże (marchewka, pietruszka, **seler** korzeń, cebula, czosnek), kasza gryczana prażona (możliwość obecności **glutenu**), przyprawy: sól, pieprz, lubczyk, kucharek SMAK NATURY( warzywa suszone: marchew, cebula, pasternak, korzeń **selera**, aromat naturalny /zawiera **gluten**/,kurkuma, pieprz, hydrolizat białka roślinnego, olej rzepakowy; produkt może zawierać **gorczycę, mleko, jaja, soję)**

Masło - ( śmietana **(mleko)** zawartość tłuszczu – 83%

Warzywa – ogórek zielony

Herbata – miód pszczeli, herbata owocowa (hibiskus sift, cz.bez, aronia, cz. porzeczka, wiśnia, jabłko, dz. róża

Napoje

Woda mineralna (CISOWIANKA, MAGNE VITA) niegazowana

Sok jabłkowy 100%

DNIA: 30.03.2022r.

ŚNIADANIE

Płatki kukurydziane z mlekiem, płatkami migdałowymi i orzechami pieczywo razowe z masłem i pomidorem, herbata

Gruszka

SKŁADNIKI:

**Mleko**, płatki kukurydziane (grys kukurydziany 99,85%, cukier, sól, glukoza, cukier brązowy, syrop cukru inwertowanego, melasa cukru trzcinowego, regulator kwasowości -fosforany sodu; substancje wzbogacające: witaminy – niacynakwas pantotenowy, ryboflawina (b2), witamina B6, kwas foliowy), może zawierać **orzeszki ziemne** i **orzechy**, **migdały, orzech włoski**

Graham **–** (mąka **pszenna** 750**,** mąka **pszenna graham** 1850, woda, mąka **żytnia 720**, kwas naturalny,, płatki owsiane, drożdże, sól). , Może zawierać mleko, **jaja, sezam, soję i orzechy**.

Masło - ( śmietana **(mleko)** zawartość tłuszczu – 83%

warzywa – pomidor

Herbata – miód pszczeli wielokwiatowy , herbata liściasta, cytryna, cukier

Owoce - gruszka

OBIAD

Zupa pomidorowa z ryżem, ziemniaki, nuggetsy , buraczki czerwone z jabłkiem, kompot wieloowocowy

SKŁADNIKI:

Zupa - pomidory konserwowe (pomidory krojone 60%, sok pomidorowy, sól, kwas cytrynowy) ), warzywa świeże (marchewka, pietruszka, por, **seler korzeń, seler naciowy**, natka pietruszki), koncentrat pomidorowy 30% (pasta pomidorowa, woda, sól), ryż biały, śmietana 18% (**mleko**), **mleko,** mąka **pszenna,** ), masło **(mleko),** przyprawy -sól, pieprz, lubczyk, papryka czerwona

Nuggetsy– filet z kurczaka**,** śmietana 18% **(mleko) jajka**, **mleko**, płatki kukurydziane (grys kukurydziany 99,85%, cukier, sól, glukoza, cukier brązowy, syrop cukru inwertowanego, melasa cukru trzcinowego, regulator kwasowości -fosforany sodu; substancje wzbogacające: witaminy – niacynakwas pantotenowy, ryboflawina (b2), witamina B6, kwas foliowy), może zawierać **orzeszki ziemne** i **orzechy** ), olej rzepakowy, przyprawa do kurczaka ( sól, papryka słodka, cebula, owoc kolędry, czosnek, cukier, kurkuma, gorczyca biała, imbir, majeranek, chili, kmin rzymski, kminek, goździki. Produkt może zawierać: **zboża zawierające gluten, jaja, mleko, soję, seler, orzeszki ziemne i sezam.**

Ziemniaki puree – ziemniaki, **mleko**, masło **(mleko)**,cebulka, sól

Buraczki czerwone, jabłko, olej rzepakowy**,** sok z cytryny, miód pszczeli

Kompot – mieszanka owocowa mrożona ( śliwka, porzeczka czarna i czerwona, truskawka, agrest), cukier

PODWIECZOREK

weka, masło, serek brzoskwiniowy

SKLADNIKI:

***Weka pszenna - mąka pszenna typ 500,*** woda, drożdże piekarskie, sól, środki do przetwarzania mąki <0,5%: kwas askorbinowy, enzymy.

Może zawierać śladowe ilości: ***soi, mleka i pochodnych jaj i sezamu***.

Masło - ( śmietana **(mleko)** zawartość tłuszczu – 83%

serek –ser twarogowy półtłusty 65% (**mleko**), brzoskwinia w lekkim syropie (brzoskwinie, woda, cukier, regulator kwasowości – kwas cytrynowy) 32%, miód pszczeli

Napoje

Woda mineralna CISOWIANKA niegazowana

Sok jabłkowy 100% TYMBARK

DNIA: 31.03.2022r.

ŚNIADANIE

Pieczywo mieszane, masło, kiełbasa żywiecka podsuszana, pomidor, ogórek zielony, kawa z mlekiem, herbata

Jabłko

SKŁADNIKI:

Chleb zwykły – ( mąka **pszenna 650**, mąka **pszenna** 750, mąka **żytnia** 720, woda, drożdże, sól, Może zawierać mleko, **jaja, sezam, soję i orzechy**.

Graham **–** (mąka **pszenna** 750**,** mąka **pszenna graham** 1850, woda, mąka **żytnia 720**, kwas naturalny,, płatki owsiane, drożdże, sól). , Może zawierać mleko, **jaja, sezam, soję i orzechy**.

Masło - ( śmietana **(mleko)** zawartość tłuszczu – 83%

Kiełbasa żywiecka podsuszana – mięso wieprzowe 82%, skrobia **pszenna**, błonnik **pszenny**, sól, stabilizatory: E451, E450, E339, E262, E331, przyprawy: czosnek, pieprz, papryka, cukry (glukoza, maltodekstryna), hydrolizat białka sojowego, substancja konserwująca E250. Może zawierać**: mleko, seler, orzechy ziemne, laktozę, jaja, sezam, gorczycę**

warzywa – pomidor, ogórek zielony

Kawa z mlekiem **- mleko** 2%**,** kawa zbożowa KUJAWIANKA ( **żyto 60%, jęczmień 20%**, cykoria, burak cukrowy ), miód pszczeli

Herbata – miód pszczeli wielokwiatowy , herbata liściasta, cytryna, cukier

Owoce - Jabłko

OBIAD

Zupa kalafiorowa z ziemniakami, makaron, leczo z fileta z indyka, sur. z marchewka z jabłkiem, kompot wieloowocowy

SKŁADNIKI:

Zupa – kalafior mrożony, warzywa świeże (marchewka, pietruszka, por, **seler korzeń, seler naciowy**, natka pietruszki, cebula), śmietana 30% (**mleko**)**,** **mleko**, mąka **pszenna,** przyprawy -sól, pieprz, lubczyk, papryka czerwona. Makaron LUBELLA (mąka makaronowa **pszenna)**

Makaron spaghetti -semolina z pszenicy durum **(**mąka **pszenna)**, sól

Leczo – filet z indyka, pomidor, papryka czerwona i żółta, cukinia, cebula, olej rzepakowy, sól, bazylia, oregano

Surówka – marchewka, jabłko, olej rzepakowy, sok z cytryny, miód pszczeli

Kompot – mieszanka owocowa mrożona ( śliwka, porzeczka czarna i czerwona, truskawka, agrest), cukier

PODWIECZOREK

Ryż z koktajlem truskawkowym

SKŁADNIKI:

Jogurt naturalny (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii jogurtowych oraz Lacidophilus), truskawka mrożona, miód pszczeli

ryż biały, **mleko,** sól

***(Weka pszenna - mąka pszenna typ 500,*** woda, drożdże piekarskie, sól, środki do przetwarzania mąki <0,5%: kwas askorbinowy, enzymy.

Może zawierać śladowe ilości: ***soi, mleka i pochodnych jaj i sezamu***.

Masło - ( śmietana **(mleko)** zawartość tłuszczu – 83%)

Napoje

Woda mineralna (CISOWIANKA, MAGNE VITA) niegazowana

Sok jabłkowy 100%

DNIA: 1.04.2022r..

ŚNIADANIE

Pieczywo mieszane, masło, serek twarogowy śmietankowy, dżem brzoskwiniowy, kawa z mlekiem, herbata

Klementynka

SKŁADNIKI:

Chleb zwykły – ( mąka **pszenna 650**, mąka **pszenna** 750, mąka **żytnia** 720, woda, drożdże, sól, Może zawierać mleko, **jaja, sezam, soję i orzechy**.

Graham **–** (mąka **pszenna** 750**,** mąka **pszenna graham** 1850, woda, mąka **żytnia 720**, kwas naturalny,, płatki owsiane, drożdże, sól). , Może zawierać mleko, **jaja, sezam, soję i orzechy**.

Masło - ( śmietana **(mleko)** zawartość tłuszczu – 83%

Pasta - ser twarogowy półtłusty **(mleko**), śmietana 18% (**mleko**)

Dżem brzoskwiniowy - (100g owoców brzoskwini użyto do wyprodukowania 100g produktu , cukry pochodzące z owoców, zagęszczony sok cytrynowy do korekty smaku, substancja żelująca – pektyny)

Kawa z mlekiem **- mleko** 2%, miód pszczeli wielokwiatowy**,** kawa zbożowa( **żyto 60%, jęczmień 20%**, cykoria, burak cukrowy ),

Herbata – miód pszczeli, herbata liściasta, cytryna

owoce – klementynka

OBIAD

Krupnik, ziemniaki, filet z miruny panierowany, sur. z kapusty białej, kompot wieloowocowy

SKŁADNIKI:

Zupa – warzywa świeże (ziemniaki, marchewka, pietruszka, **seler korzeń, seler naciowy,** cebula, natka pietruszki**,** por), kasza **jęczmienna** perłowa**, mleko**, śmietana 18% **(mleko),** masło **( mleko**)**,** mąka **pszenna,** przyprawy - sól, pieprz, lubczyk, liść laurowy, ziele angielskie, papryka słodka

Ziemniaki puree – ziemniaki**, mleko**, masło (**mleko**), cebulka, sól

Ryba– filet z **ryby** z miruny, bułka tarta (**mąka pszenna**, woda, drożdże, sól, cukier, tłuszcz), , płatki kukurydziane (grys kukurydziany 99,85%, cukier, sól, glukoza, cukier brązowy, syrop cukru inwertowanego, melasa cukru trzcinowego, regulator kwasowości -fosforany sodu; substancje wzbogacające: witaminy – niacynakwas pantotenowy, ryboflawina (b2), witamina B6, kwas foliowy), może zawierać **orzeszki ziemne** i **orzechy),**  **jajka**, **mleko**, śmietana (**mleko)**, olej rzepakowy, przyprawy – sól, pieprz, lubczyk, papryka słodka, sok z cytryny

Sur. - kapusta biała, marchewka, jabłko, olej rzepakowy

Kompot – mieszanka owocowa mrożona ( śliwka, porzeczka czarna i czerwona, truskawka, agrest), cukier

PODWIECZOREK

Ciasto – szarlotka, mleko

SKŁADNIKI:

Ciasto -mąka **pszenna** 60%**, jajka** 10%**,** margaryna PALMA (olej palmowy, rzepakowy, słonecznikowy, woda, emulgatory – lecytyny słonecznikowe, mono i diglicerydy kwasów tłuszczowych, preparat serwatkowy, mleko, kwas cytrynowy, witaminy A i D, barwnik – karoteny), śmietana 18% (**mleko**), cukier, proszek do pieczenia (**mąka pszenna**, olej roślinny rzepakowy, **mleko, seler**, difosforany E 450, węglowodany sodu E 500), jabłka, cynamon

Mleko UHT

Napoje

Woda mineralna (CISOWIANKA, MAGNE VITA) niegazowana

Sok jabłkowy 100%

Sporządziła: intendent Maria Heród

Jadłospis może ulec zmianie z przyczyn niezależnych /brak dostawy art. spożywczych, brak prądu lub wody itp./.

Potrawy mięsne poddawane są obróbce termicznej w piecach konwekcyjnych. Potrawy smażone – naleśniki.