

Jadłospis bez laktozy PSP3

13.04.2026 Poniedziałek

Zupa koperkowa z ziemniakami

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

Kotlet wieprzowy mielony

Składniki: szynka wieprzowa, karkówka, jaja kurze całe, bułka tarta (skład: mąka pszenna, woda, sól, drożdże), olej rzepakowy, cebula, bułki pszenne zwykłe (skład: mąka pszenna typ 500, woda, olej rzepakowy, cukier, drożdże, sól, mąka żytnia)

Kasza jęczmienna

Składniki: woda, kasza jęczmienna, wiejska, sól biała

Marchewka z groszkiem w sosie

Składniki: woda, marchew z groszkiem, mąka pszenna, sól

Sok pomarańczowy z wodą

Składniki: woda, sok pomarańczowy 100% (skład: sok pomarańczowy z zagęszczonego soku pomarańczowego 100%)

14.04.2026 Wtorek

Barszcz ukraiński z ziemniakami

Składniki: woda, burak, ziemniaki, fasola biała nasiona suche, marchew, kurczak tuszka, pietruszka korzeń, seler korzeniowy, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy

Udziec z kurczaka pieczony w ziołach

Składniki: udziec z kurczaka, olej rzepakowy, zioła prowansalskie, czosnek, papryka słodka

Ryż gotowany

Składniki: ryż biały

Surówka z marchewki i jabłka

Składniki: jabłko, marchew, cytryna

Herbata z cytryną

Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna

Owoc - banan

15.04.2026 Środa

Zupa gołąbkowa

Składniki: woda, kapusta włoska, passata pomidorowa (skład: pomidory, sól), mięso mielone wieprzowe, marchew, cebula, ryż biały, koncentrat pomidorowy 30%, olej rzepakowy, czosnek, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, majeranek

Makaron z musem truskawkowym

Składniki: makaron z mąki semolinyz pszenicy durum100%, może zawierać jaja i gorczyce, truskawki mrożone, cukier

Herbata malinowa

Składniki: woda, herbata malinowa, cukier



16.04.2026 Czwartek

Krem ziemniaczany z chipsem z boczku

Składniki: woda, ziemniaki, marchew, boczek wędzony bez kości (skład: boczek wędzony, przyprawy naturalne, sól peklująca), pietruszka korzeń, **seler** korzeniowy, natka pietruszki, por, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, tymianek

Gulasz wołowy

Składniki: wołowina, woda, cebula, marchew, koncentrat pomidorowy 30%, olej rzepakowy, mąka **pszenna**

Kasza gryczana

Składniki: woda, kasza gryczana, sól biała

Ogórek świeży w sosie vinegret

Skład: ogórek świeży, koperek, cytryna, miód, oliwa z oliwek

Kompot owocowy

Skład: woda, mieszanka owocowa mrożona, cukier

Owoc - jabłko

17.04.2026 Piątek

Zupa ogórkowa z ziemniakami

Składniki: ziemniaki, ogórek kiszony (skład: ogórki, woda, sól, przyprawy oraz substancja konserwująca E202 (sorbinian potasu)), marchew, szponder wołowy, pietruszka korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Ryba zapiekana z papryką

Składniki: **miruna** świeża filety bez skóry (**ryba**), papryka kolorowa, olej rzepakowy, sól biała, pieprz

Ziemniaki gotowane

Składniki: ziemniaki, sól biała

Ćwikła z chrzanem

Składniki: burak, chrzan tarty (skład: korzeń chrzanu 52%, woda, cukier, olej rzepakowy, sól, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), cytryna

Sok jabłkowy z wodą

Skład: sok jabłkowy z zagęszczonego soku jabłkowego 100%, witamina C

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

Produkty zawarte w potrawach mogą zawierać soję oraz orzechy.

Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez pogrubienie i podkreślenie.

Napoje przygotowane na miejscu zawierają nie więcej niż 10g cukru w 250 ml produktu gotowego do spożycia.

Uwaga: Zastrzega się zmiany w jadłospisie.

Smacznego