

PLACÓWKA:
SEMPOLOWSKA

DATA:
26.05-06.06.2025r.

OBIAD	
Poniedziałek 26.05	Zupa krupnik jęczmienny z natką pietruszki (zawiera: jęczmień, seler) 350ml Kotlet mielony (zawiera: pszenicę, jaja) 80g, ziemniaki 150g, surówka z młodej kapusty z koperkiem 80g, kompot cytrusowy z miętą 200ml, owoc 1szt.
Wtorek 27.05	Zupa neapolitańska (serowa) z mini makaronem (zawiera: mleko, seler, pszenicę) 350ml Udko pieczone z kurczaka 1szt., ziemniaki z koperkiem 150g, mizeria (zawiera: mleko) 80g, kompot jabłkowy 200ml, owoc 1szt.
Środa 28.05	Zupa ogórkowa z ziemniakami (zawiera: seler, pszenicę, mleko) 350ml Indyk w sosie meksykańskim (zawiera: pszenicę) 150g, ryż paraboliczny 150g, surówka z kapusty pekińskiej 60g, kompot rabarbarowy 200ml, owoc 1szt.
Czwartek 29.05	Krem z młodych warzyw (marchewka, kalarepka, pietruszka, por) z grzankami (zawiera: pszenicę, żyto, mleko, seler) 350ml Miruna pieczona (zawiera: ryby, pszenicę, jaja) 80g, ziemniaki z koperkiem 150g, bukiet warzyw na parze (brokuły, kalafior) 80g, kompot wieloowocowy (truskawka, wiśnia, porzeczka) 200ml, owoc 1szt.
Piątek 30.05	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami (zawiera: seler, mleko, pszenicę) 350ml Naleśniki z serem (zawiera: mleko, pszenicę, jaja) 2szt., świeże truskawki z jogurtem (zawiera: mleko) 80ml, surówka z marchewki z pestkami dyni 40g, kompot cytrusowy z melisą 200ml, owoc 1szt.
Poniedziałek 02.06	Zupa kapuśniak z młodej kapusty z ziemniakami (zawiera: pszenicę, seler) 350ml Penne a'la carbonara z szynką wieprzową (zawiera: pszenicę, mleko) 220g, brokuł na parze 80g, kompot cytrusowy z miętą 200ml, owoc 1szt.
Wtorek 03.06	Zupa grysikowa na rosole z natką pietruszki (zawiera: pszenicę, seler) 350ml Siekane kotlety z kurczaka z papryką (zawiera: pszenicę, jaja, mleko) 80g, ziemniaki z koperkiem 150g, mizeria (zawiera: mleko) 80g, kompot cytrusowy z miętą 200ml, owoc 1szt.
Środa 04.06	Zupa pomidorowa z makaronem (zawiera: mleko, seler, pszenicę) 350ml Mintaj pieczony (zawiera: rybę, pszenicę, jaja) 80g, ziemniaki z koperkiem 150g, surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą 80g, kompot jabłkowy 200ml, owoc 1szt.
Czwartek 05.06	Zupa jarzynowa z fasolki szparagowej z ziemniakami (zawiera: mleko, pszenicę, seler) 350ml Bitka schabowa w sosie koperkowym (zawiera: pszenicę, mleko) 80/80g, kasza gryczana 150g, pieczone buraczki z sezamem (zawiera: gorczycę, sezam) 80g, kompot wieloowocowy (jabłko, porzeczka) 200ml, owoc 1szt.
Piątek 06.06	Zupa grochowa z ziemniakami (zawiera: seler) 350ml Makaron z serem (zawiera: mleko, pszenicę) 220g, polewa jogurtowo-truskawkowa (zawiera: mleko) 80ml, surówka z marchewki ze słonecznikiem 40g, kompot jabłkowo - wiśniowy 200ml, owoc 1szt.

Pogrubioną czcionką **oznaczono alergeny** zgodnie z *Rozporządzeniem 1169/2011*. W zakładzie produkcyjnym używa się: zboża zawierające gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasiona sezamu, orzechy. Każda potrawa może zawierać wymienione alergeny. Firma Horyzonty Smaku zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie z przyczyn technologicznych i losowych.

Opracowano przez: dietetyk Olgę Będzińską i dietetyk Wioletę Jakubowską