

Jadłospis

Od 5 października 2020 r. do 9 października 2020 r.

Poniedziałek 5 października 2020 r.

Kapuściana zupka ze słodkiej kapusty z ziemniakami, marchewką, pietruszką, porem, selerem i koperkiem

Placuszki cukiniowo – ziemniaczane z sosem tzatziki lub jogurtem greckim

BOX „witaminowy” – melon żółty (plaster), borówki amerykańskie, ¼ jabłka, marchewka, Herbatka z cytryną

Wtorek 6 października 2020 r.

Barszcz ukraiński z czerwoną i białą fasolą, marchewką, pietruszką, porem, selerem i koperkiem

Pierogi z borówkami leśnymi i musem waniliowym z jogurtu greckiego lub pierogi ruskie z cebulką (do wyboru)

DESER – ciasto ze śliwkami (własnego wypieku) z malinowym curd

Kakao lub kompot z wiśni

Środa 7 października 2020 r.

Zupa – krem paprykowy (z czerwonej papryki) z pomidorami, włoszczyzną, czosnkiem, cebulką i szczyptą chili

Kofta wołowo – wieprzowa z kolendrą, kuminem, cynamonem, cebulką i czosnkiem, Kasza pęczak z pomidorem, ogórkiem, żółtą papryką, cebulką dymką, świeżą miętą, natką pietruszki, sokiem z cytryny - *danie Tabbouleh*,

Zielona sałatka z dresingiem jogurtowo – czosnkowym i prażonym słonecznikiem

Kompot wielowocowy

Czwartek 8 października 2020 r.

Rosół z kaczki z zacierką, marchewką, pietruszką, porem, selerem, czosnkiem, lubczykiem

Nuggetsy z kurczaka w sezamie (wypiekane w piecu), ziemniaczki (całe) z koperkiem, kiełki rzodkiewki,

Salatka Caprese – z sałaty lodowej, rukoli, świeżej bazylii, pomidorów malinowych, sera mozzarella (kulka w zalewie) z dresingiem cytrynowo – ziołowym

Kompot z wiśni

Piątek 9 października 2020 r.

Zupka z pieczarek z tymiankiem, rozmarynem, solidnymi krawkami warzyw – marchewka, ziemniaki, pietruszka, seler, por i zielenina

Ryba (miruna) pieczona w sosie koperkowo – czosnkowym z kurkumą, ziemniaczki całe ze szczypiorkiem

Mini marcheweczki w glazurze cytrynowo - miodowej z płatkami czosnku i świeżą natką pietruszki

DESER – galaretko z owocami i biszkoptowo - jogurtowym serkiem (własnej roboty)

+ kompot śliwkowy