



# Jadłospis

Produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji

zawiera

może zawierać w śladowych ilościach

## **PONIEDZIAŁEK 18.01.2021**

<b>I Danie</b>	Krupnik z kaszy jaglanej 300ml	<i>selera</i>	<i>gluten, orzeszki ziemne, soję, orzechy, gorczycę, sezam</i>
<b>II Danie</b>	Kotlet drobiowy pożarski pieczony 90g	<i>gluten, mleko, jaja</i>	<i>sezam, soję, orzeszki ziemne, orzechy, selera, gorczycę, sezam</i>
	Ziemniaki puree 200g	<i>mleko</i>	-
	Marchew gotowana z groszkiem 120g	<i>mleko</i>	<i>gluten, selera</i>
	Kompot owocowy z wiśnią 200ml	-	-
<b>Deser</b>	Jabłko 1 szt	-	-

## **WTOREK 19.01.2021**

<b>I Danie</b>	Zalewajka z ziemniakami 300ml	<i>gluten, mleko, selera, soję, gorczycę</i>	<i>jaja, orzechy, sezam, orzechy, orzeszki ziemne</i>
	Chleb pszenno-żytni 25g	<i>gluten</i>	<i>gluten, soję, sezam, orzeszki ziemne, jaja, mleko</i>
	Chleb pszenno-żytni razowy wieloziarnisty 10g	<i>gluten, sezam</i>	<i>soję, jaja, orzeszki ziemne, mleko</i>
<b>II Danie</b>	Łazanki z kapustą i mięsem 300g	<i>gluten, soję</i>	<i>gorczycę, mleko, jaja, orzechy, selera, orzeszki ziemne, sezam</i>
	Kompot owocowy z porzeczką czarną 200ml	-	-
<b>Deser</b>	Mandarynki 2szt	-	-

## **ŚRODA 20.01.2021**

<b>I Danie</b>	Zupa zacierkowa 300ml	<i>gluten, jaja, selera</i>	<i>gluten, orzeszki ziemne, soję, orzechy, gorczycę, sezam</i>
<b>II Danie</b>	Filet z indyka panierowany pieczony 95g	<i>gluten, jaja</i>	<i>mleko, sezam, soję, orzeszki ziemne, orzechy, selera, gorczycę, sezam</i>
	Ziemniaki puree 200g	<i>mleko</i>	-
	Surówka z selera konserwowego ze śmietaną 90g	<i>selera, mleko</i>	-
	Kompot owocowy z truskawką 200ml	-	-
<b>Deser</b>	Pieczywo chrupkie 30g	<i>gluten, mleko, sezam</i>	<i>orzechy</i>



MIEJSKA KUCHNIA CATERINGOWA  
W KIELCACH

<b>Jadłospis</b>		<i>Produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji</i>	
		<i>zawiera</i>	<i>może zawierać w śladowych ilościach</i>
<b>CZWARTEK 21.01.2021</b>			
<b>I Danie</b>	Zupa fasolowa z ziemniakami 300ml	<i>gluten, selera, soję, gorczycę</i>	<i>mleko, jaja, orzechy, sezam, orzechy, orzeszki ziemne</i>
	Chleb pszenno-żytni 25g	<i>gluten</i>	<i>soję, sezam, orzeszki ziemne, jaja, mleko</i>
	Chleb pszenno-żytni razowy ze słonecznikiem 10g	<i>gluten</i>	<i>jaja, orzeszki ziemne, soję, mleko, sezam</i>
<b>II Danie</b>	Ryż z jabłkami i śmietaną 300g (ryż 160g + jabłka 90g + bita śmietana 50g)	<i>mleko</i>	<i>gluten, orzechy,soję, selera, gorczycę, sezam</i>
	Herbata z suszu owocowego 200ml	-	-
<b>Deser</b>	Gruszka 1szt	-	-
<b>PIĄTEK 22.01.2021</b>			
<b>I Danie</b>	Zupa dyniowa z makaronem 300ml	<i>gluten, mleko, selera</i>	<i>gorczycę, orzechy, orzeszki ziemne, soję, sezam</i>
<b>II Danie</b>	Filet z miruny panierowany pieczony 100g	<i>ryby, gluten, jaja</i>	<i>mleko, sezam, soję, orzeszki ziemne, gorczycę, selera</i>
	Ziemniaki puree 200g	<i>mleko</i>	-
	Surówka z warzyw mieszanych ze śmietaną 100g	<i>mleko, selera</i>	-
	Kompot owocowy z jabłkiem 200ml	-	-
<b>Deser</b>	Banan 1szt	-	-

Wykaz składników środków spożywczych dostępny w sekretariacie.

**Sporządził:**

*Dietetyk mgr Agata Kamińska*

Kuchnia Cateringowa ul. Marii Krzyżanowskiej 8, 25-435 Kielce

tel. 41/345-24-76, e-mail: kuchnia2@mkc.mopr.kielce.pl

*Miejska Kuchnia Cateringowa w Kielcach ul. Piekoszowska 36a, 25-723 Kielce*

*NIP 959-188-23-14 REGON 260350684*

*tel. 41/ 344-37-30 e-mail:mkc@mkc.mopr.kielce.pl*