

SZKOŁA - JADŁOSPIS

15 – 19 PAŹDZIERNIKA



PONIEDZIAŁEK

Zupa jarzynowa z lanym ciastem(250 gr)
Gulasz z szyneczki wieprzowej (100 gr, 120 gr), kasza mazurska (100 gr, 130 gr)
ogórek kiszony (80 gr, 100 gr)
Kompot z owocami 200 ml

WTOREK

Zupa pomidorowa z makaronem (250 gr)
Filet z kurczaka panierowany(100 gr, 120 gr) , ziemniaki(120 gr, 150 gr)
kukurydza z masełkiem (80 gr, 100 gr)
Kompot z owocami 200 ml

ŚRODA

Barszcz czerwony z jajkiem i ziemniakami (250 gr)
Łazanki z kapustą i kiełbaską (230 gr /280 gr)
Kompot z owocami 200 ml

CZWARTEK

Zupa pieczarkowa z łazankami (250 gr)
Szycelek z indyka (80 gr, 100 gr), ziemniaki (120gr, 150 gr),
surówka z buraków i jabłek(80 gr, 100 gr)
Kompot z owocami 200 ml

PIĄTEK

Zupa ziemniaczana zabieleną z młodą cebulką (250 gr)
Ryż z pieczonymi jabłkami i cynamonem z sosem waniliowym
(150/ 80/ 40 gr, 200/120/60 gr)
Kompot z owocami 200 ml

ŻYCZYMY SMACZNEGO !!!

SKŁAD SUROWCÓW I WYKAZ ALERGENÓW DAŃ OBIADOWYCH

PONIEDZIAŁEK

1. Zupa jarzynowa z lanym ciastem

(wywar z kurczaka, cebula, por, groszek, fasolka szparagowa, kalafior, marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna, sól, pieprz ziołowy, koperek, warzywa suszone, masło 82%, śmietana 30%.)

2. Gulasz z szyneczki wieprzowej, kaszka mazurska, ogórek kiszony

(szyneczka wieprzowa, olej rzepakowy, cebula, warzywa suszone, musztarda, papryka czerwona, ziele angielskie, liść laurowy, mąka pszenna, sól, pieprz ziołowy, czosnek, śmietana 30%, kasza jęczmienna, ogórek kiszony)

kompot z owocami

WTOREK

1. Zupa pomidorowa z makaronem

(wywar z kurczaka, marchewka, pietruszka, cebula, por, seler, pomidory, masło 82%, koncentrat pomidorowy, sól, pieprz, warzywa suszone, mąka pszenna, śmietana 30%, natka pietruszki)

2. Filet z kurczaka panierowany, ziemniaki, kukurydza z masłem

(filet z kurczaka, , mąka pszenna, jaja, bułka tarta pszenna, olej rzepakowy, sól, pieprz, ziemniaki, kukurydza, masło 82%)

kompot z owocami

ŚRODA

1. Barszcz czerwony z jajkiem i ziemniakami

(wywar z kurczaka, buraki, , marchew, ziemniaki, pietruszka, seler, por, cebula, koncentrat z buraków, mąka pszenna, pieprz ziołowy, sól, koperek, liść laurowy, ziele angielskie, czosnek, śmietana 30%.)

2. Łazanki z kapustą i kielbaską

(mąka pszenna, olej rzepakowy, cebula, sól, pieprz, szynka wieprzowa wędzona, kielbaska wieprzowa, kapusta biała)

kompot z owocami

CZWARTEK

1. Zupa pieczarkowa z łazankami

(wywar z kurczaka, pieczarki, masło 82%, , marchewka, cebula, pietruszka, seler, por, pieprz, sól, mąka pszenna, śmietana 30%, natka pietruszki)

2. Sznycelek z indyka, ziemniaki, buraczki z tartym jabłkiem

(mięso z udźca z indyka, warzywa suszone, mąka pszenna, , bułka tarta pszenna, jaja, olej rzepakowy, sól, pieprz, ziemniaki, buraki, jabłka, cukier, oliwa z oliwek)

kompot z owocami

PIĄTEK

1. Zupa ziemniaczana zabieleną z młodą cebulką

(wywar z kurczaka, , marchew, pietruszka, cebula, seler, por, ziemniaki, , liść laurowy, majeranek, warzywa suszone, sól, mąka pszenna, śmietana 30%, , cebulka dymka, masło 82%)

2. Ryż z pieczonymi jabłkami z cynamonem i sosem karmelowym

(jabłka, cynamon, ryż paraboliczny, sól, cukier, masło 82%, śmietana 30%)

kompot z owocami