

JADŁOSPIS

04 – 08 GRUDNIA

PONIEDZIAŁEK

Krupnik z jarzynkami (250 ml)
Potrawka z kurczaka z groszkiem (100g/120g),
kasza bulgur (120g/150g), surówka porowa (80g/100g)
Kompot z owocami
klasy 1-3: 712 kcal, klasy 4-8: 888 kcal

WTOREK

Zupa brokułowa z zacierką (250 ml)
Kotlet schabowy (80g/100g), ziemniaki (120g/150g),
kapusta zasmażana (80g/100g)
Kompot z owocami
klasy 1-3: 776 kcal, klasy 4-8: 942 kcal

ŚRODA

Barszcz czerwony z jajkiem i ziemniakami (250 ml)
Spaghetti po bolońsku (220g/ 280g)
Kompot z owocami
klasy 1-3: 728 kcal, klasy 4-8: 916 kcal

CZWARTEK

Rosół z makaronem (250ml)
Pieczone podudzia z kurczaka (80g/100g),
ziemniaki (120g/150g), kukurydza z masłem (80g/100g)
Kompot z owocami
klasy 1-3: 732 kcal, klasy 4-8: 907 kcal

PIĄTEK

Zupa pomidorowa z ryżem(250ml)
Filet z soli w cieście sezamowym (80g/100g),
ziemniaki pieczone (120g/150g),
marchewka duszona z groszkiem (80g/100g)
Kompot z owocami
klasy 1-3: 756 kcal, klasy 4-8: 948 kcal

ŻYCZYMY SMACZNEGO !!!

SKŁAD SUROWCÓW I WYKAZ ALERGENÓW DAŃ OBIADOWYCH

PONIEDZIAŁEK

1. Krupnik z jarzynkami

(wywar z kurczaka, marchewka, pietruszka, cebula, por, seler, kapusta włoska, kasza jęczmienna, sól, pieprz, warzywa suszone, natka pietruszki,)

2. Potrawka z kurczaka z groszkiem, kaszka bulgur, surówka porowa

(filet z kurczaka, cebula, mąka pszenna, śmietana 30%, groszek zielony, olej rzepakowy, czosnek, pieprz, sól, liść laurowy, ziele angielskie, papryka mielona, kaszka bulgur, kapusta pekińska, pory, johurt naturalny)

WTOREK

1. Zupa brokułowa z zacierką

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

1. Kotlet schabowy, ziemniaki, kapusta zasmażana

(schab wieprzowy, mąka pszenna, jaja, bułka tarta pszenna, olej rzepakowy, sól, pieprz, ziemniaki, kapusta kiszona, liść laurowy, cebula, ziele angielskie)

ŚRODA

1. Barszcz czerwony z jajkiem i ziemniakami

(buraki, ocet winny, czosnek, marchewka, pietruszka, seler, cebula, ziemniaki, liść laurowy, liść laurowy, ziele angielskie, , pieprz ziołowy, sól, jaja, śmietana 30% mąka pszenna)

2. Spaghetti po bolońsku

(mięso wołowo – wieprzowe, mąka pszenna, mleko 2,5%, przecier pomidorowy, cebula, czosnek, parmesan, liść laurowy, ziele angielskie, sól, pieprz, bazylija, oregano)

CZWARTEK

1. Rosół z makaronem

(wywar z kurczaka i mięsa wołowego, , marchewka, cebula, pietruszka, seler, por, pieprz, sól, mąka pszenna, natka)

2. Pieczone podudzia z kurczaka, ziemniaki, kukurydza z maselkiem

(udka z kurczaka, papryka mielona, warzywa suszone, czosnek granulowany, olej rzepakowy, ziemniaki, kukurydza, masło 82%,)

PIĄTEK

1. Zupa pomidorowa z ryżem

(wywar z kurczaka, marchewka, cebula, pietruszka, seler, pomidory pelati, koncentrat pomidorowy, ryż, masło 82%, , por, pieprz, sól, ryż, śmietana 30%, natka)

2. Filet z soli w cieście sezamowym, ziemniaki pieczone, marchewka duszona z groszkiem

(mąka pszenna, filet z soli limandy jaja, mąka pszenna, sezam, olej rzepakowy, , zioła prowansalskie,, pieprz, sól, ziemniaki, kapusta kiszona, marchew, groszek, masło 82%)