

JADŁOSPIS

04 – 08 GRUDNIA

PONIEDZIAŁEK

Krupnik z jarzynkami (250 ml)

*Potrawka z kurczaka z cukinią i pomidorami (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

SRODA

Barszcz czerwony z jajkiem i ziemniakami (250 ml)

*Makaron kokardki z truskawkami,
serkiem mascarpone i śmietanką (220g/ 280g)*

Kompot z owocami

klasy 1-3: 728 kcal, klasy 4-8: 916 kcal

CZWARTEK

Rosół z makaronem (250ml)

*Gulasz węgierski z szyneczki (80g/100g),
kluski śląskie (120g/150g), buraczki (80g/100g)*

Kompot z owocami

klasy 1-3: 732 kcal, klasy 4-8: 907 kcal

PIATEK

Zupa pomidorowa z ryżem(250ml)

*Filet z soli w cieście sezamowym (80g/100g), ziemniaki
(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 cukinią i pomidorami, kaszka bulgur, surówka porowa

(filet z kurczaka , cebula, **mąka pszenna**, **śmietana 30%**, przecier pomidorowy, cukinia, pomidory pellatti, olej rzepakowy, czosnek, pieprz, sól, liść laurowy, ziele angielskie, papryka mielona, **kaszka bulgur**, kapusta pekińska, pory, **jogurt 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. Makaron kokardki z truskawkami i serkiem mascarpone

(**mąka pszenna**, **ser mascarpone**, **śmietana 30%**, **mleko 2,5%**, truskawki, cukier)

CZWARTEK

1. Rosół z makaronem

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

2. Gulasz węgierski z szyneczki wieprzowej, kluseczki śląskie, buraczki

(szynka wieprzowa, cebula, marchewka, **mąka pszenna**, olej rzepakowy, czosnek, papryka czerwona, kminek mielony, **śmietana 30%**, warzywa suszone, mąka ziemniaczana, pieprz, sól, buraki, ocet winny , jabłka)

PIĄTEK

1. Zupa pomidorowa z ryżem

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

2. Filet z soli w cieście sezamowym, ziemniaki, 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%**)