

JADŁOSPIS klasy 1-8

PONIEDZIAŁEK 30.01.2023

OBIAD: Zupa neapolitańska z makaronem 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, makaron, ser topiony, śmietana 18%, liść laurowy, ziele ang., pieprz, natka),
Ziemniaki z koperkiem 200g,
Kurczak z dynią i pieczarkami 150g (kurczak, dynia, pieczarki, cebula, mąka, masło, oliwa, śmietanka 30%, tymianek, natka),
Kompot owocowy 250ml (mieszanka owocowa)
(seler, mleko, gluten, jajko)

WTOREK 31.01.2023

OBIAD: Barszcz ukraiński 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, ziemniaki, fasola sucha, buraki, kapusta biała, śmietana 18%, majeranek, natka, liść laurowy, ziele ang., pieprz),
Pierogi z serem i śmietaną 250g (twaróg, mąka pszenna, jajko, cukier waniliowy, śmietana)
Surówka z marchewki z brzoskwinia 100g (marchew , brzoskwinia),
Kompot jabłkowy 250ml (jabłka)
(gluten, seler, jajko, mleko)

ŚRODA 1.02.2023

OBIAD: Zupa kalafiorowa 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, kalafior, śmietana 18%, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, koper),
Kasza jęczmienna 200g,
Gulasz wieprzowy w sosie własnym 120g (łopatka, cebula, mąka, olej rzepakowy, przyprawy),
Surówka z ogórków kiszonych 100g (ogórki kiszone, jabłko, cebula, oliwa, przyprawy)
Kompot owocowy 250ml (mieszanka owocowa) (seler, gluten, mleko)

CZWARTEK 2.02.2023

OBIAD: Kapuśniak 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, ziemniaki, kapusta kiszona, majeranek, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, natka),
Ryż paraboliczny 200g,
Pulpeciki wieprzowe w sosie pomidorowym 120g (łopatka wieprzowa, jajko, bułka, przecier pomidorowy, mąka pszenna, przyprawy) , Brokuł 100g
Kompot owocowy 250ml (mieszanka owocowa) (gluten, seler, mleko)

PIĄTEK 3.02.2023

OBIAD: Krupnik jęczmienny 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, ziemniaki, kasza jęczmienna, natka, liść laurowy, ziele ang., pieprz), Ziemniaki z koperkiem 200g,
Paluszki rybne 100% filet 100g ,
Surówka z kapusty kiszonej 100g (kapusta kiszona, marchew, jabłko, cebula, oliwa, przyprawy), Herbata z miodem i cytryną 250ml (czarna herbata, miód, cytryna)
(gluten, seler, ryba, jajko, mleko)

PONIEDZIAŁEK 6.02.2023

OBIAD: Zupa grochowa 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, ziemniaki, groch, majeranek, liść laurowy, ziele ang., pieprz, natka),

Ryż z jabłkiem prażonym, śmietaną i cynamonem 300g (ryż, jabłko, cynamon, śmietana),

Kompot owocowy 250ml (mieszanka owocowa) (mleko, seler)

WTOREK 7.02.2023

OBIAD: Rosół z makaronem 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, makaron nitka, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, natka), Ziemniaki z koperkiem 200g,

Kotlet mielony 100g (łopatka wieprzowa, jajko, bułka, cebula, bułka tarta, olej rzepakowy)

Buraczki duszone (buraki, masło roślinne) , kisiel do picia 250ml (seler, gluten, jajko)

ŚRODA 8.02.2023

OBIAD: Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, ziemniaki, pieczarka, śmietana 18%, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, koper), Kuskus 200g,

Kurczak w sosie curry 150g(kurczak, curry, słodka papryka, kurkuma, oliwa, cebula, marchew, papryka, czosnek, imbir, mąka, śmietanka 18%),

Surówka z kapusty pekińskiej z koperkiem 100g (kapusta pekińska, koper, oliwa, przyprawy),

Kompot owocowy 250ml(mieszanka owocowa) (mleko, seler, gluten)

CZWARTEK 9.02.2023

OBIAD: Zupa ogórkowa 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, ziemniaki, ogórki kiszone, śmietana, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, koperek),

Spaghetti Bolognese z mięsem i warzywami 300g (makaron spaghetti, łopatka wieprzowa, marchew, cebula, pomidory, przecier pomidorowy, oregano) ,

Kompot jabłkowy 250ml (jabłka) (gluten, seler, jajko, mleko)

PIĄTEK 10.02.2023

OBIAD: Zupa zacierkowa 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, ziemniaki, zacierka cebula, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, natka),

Ziemniaki z koperkiem 200g,

Hamburger rybny (wyrób własny) 100g (dorsz, bułka, natka, cebula, jajko, bułka tarta, olej rzepakowy)

Surówka z marchewki z porem 100g (marchewka, jabłko, por, oliwa, sok z cytryny, pieprz)

Kompot owocowy 250ml (mieszanka owocowa) (gluten, seler, jajko, ryba)

