

JADŁOSPIS klasy 1-8

WTOREK 5.09.2023

OBIAD: Kapuśniak z młodej kapusty z pomidorami 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, ziemniaki, młoda kapusta, passata pomidorowa, liść laurowy, ziele ang., pieprz, majeranek, natka),

Ryż z musem jabłkowym z cynamonem i śmietaną 250g (ryż, jabłka, cynamon, śmietana 18%),
Domowa lemoniada cytrynowa 250ml (cytryna, cukier trzcinowy) (seler, mleko)

ŚRODA 6.09.2023

OBIAD: Zupa pieczarkowa z makaronem 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, makaron świder, pieczarka, śmietana 18%, natka, liść laurowy, ziele ang., pieprz),

Ziemniaki z koperkiem 200g,

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

Mizeria 100g (ogórek zielony, śmietana 18%, sok z cytryny, pieprz),

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

CZWARTEK 7.09.2023

OBIAD: Zupa kalafiorowa 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, ziemniaki, kalafior, śmietana 18%, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, koper),

Kuskus 200g,

Kurczak w kremowym sosie koperkowym 120g(filet z kurczaka, marchewka, por, śmietanka 30%, koper, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, mąka, oliwa),

Lemoniada arbuzowa (wyrób własny) 250ml (arbuz, cytryna, cukier trzcinowy)
(mleko, seler, gluten)

PIĄTEK 8.09.2023

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

Ziemniaczki pieczone 200g,

Kąski rybne w cieście 100g (miruna, jajko, mleko, mąka, pieprz, cytryna, olej)

Surówka z marchewki i pora 100g (marchew, por, jabłko, jogurt naturalny, sok z cytryny, pieprz),

Herbata z miodem i cytryną 250ml (herbata czarna, miód, cytryna)
(gluten, seler, jajko, ryba)



PONIEDZIAŁEK 11.09.2023

OBIAD: Zupa jarzynowa z cukinią i soczewicą 300ml (wywar drobiowy, marchewka, cukinia, ziemniaki, czerwona soczewica, brokuł, pomidor, czosnek, kurkuma, tymianek, śmietanka 30%),
Makaron z musem truskawkowym, śmietaną i twarogiem 250g (makaron świder, truskawki, śmietana 18%, twaróg półtłusty),
Kompot owocowy 250ml (mieszanka owocowa) (gluten, jajko, mleko)

WTOREK 12.09.2023

OBIAD: Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, makaron, przecier pomidorowy, śmietana 18%, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, natka),
Kasza jęczmienna 200g,
Gulasz wieprzowy w sosie własnym 100g (łopatka wieprzowa, cebula, mąka, olej rzepakowy),
Surówka z ogórka kiszzonego 100g (ogórek kiszony, jabłko, cebula, oliwa, pieprz),
Kompot owocowy 250ml (mieszanka owocowa) (seler, gluten, mleko, jajko)

ŚRODA 13.09.2023

OBIAD: Barszcz czerwony 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, ziemniaki, buraki, śmietana 18%, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, majeranek),
Ryż paraboliczny 200g,
Kurczak w sosie słodko- kwaśnym 120g (piersi z kurczaka, czerwona papryka, marchewka, ananas, mąka ziemniaczana, świeży imbir, czosnek, sok z cytryny, cukier trzcinowy, biały pieprz, olej roślinny, passata pomidorowa, szczypiorek),
Domowa lemoniada cytrynowa 250ml (cytryny, cukier trzcinowy) (mleko, seler)

CZWARTEK 14.09.2023

OBIAD: Zupa ogórkowa 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, ziemniaki, ogórki kiszzone, śmietana 18% , koper, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie),
Spaghetti bolognese z mięsem i warzywami 250g (makaron spaghetti, łopatka wieprzowa, marchewka, cebula, pomidory, przecier pomidorowy, czosnek, oregano, pieprz),
Kompot owocowy 250ml (mieszanka owocowa) (gluten, seler, mleko, jajko)

PIĄTEK 15.09.2023

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