**JADŁOSPIS SZKOLNY - ZIMA VI**

|  |  |
| --- | --- |
|  | **O B I A D** |
| **PONIEDZIAŁEK**  **23.01.2023** | • zupa pomidorowa zabielana z ryżem  • makaron świderki z serem śmietankowym posypany cukrem  • kompot jabłkowy z rabarbarem  Kcal 686/653 |
| Składniki - zupa (włoszczyzna – marchewka, pietruszka, seler) -100g, pomidory pelati -40g, cebula -10g, przyprawy, ryż -20g śmietana -10g), makaron pszenny - 70g/60g, twaróg śmietankowy – 60g, cukier trzcinowy-3g, kompot ( owoce-50g, cukier -3g) |
| Alergeny – gluten, laktoza, seler |
| **WTOREK**  **24.01.2023** | • zupa rosół domowy z lanym ciastem i zieloną pietruszką  • kotlet mielony w panierce z lnem mielonym, ziemniaki puree, buraczki zasmażane  • kompot jabłkowy z rabarbarem  Kcal 710/662 |
| Składniki – zupa (włoszczyzna- marchewka, pietruszka, seler) - 150g, skrzydła drobiowe -50g, cebula -20g, por -20g, zielona pietruszka, lane ciasto ( jajko- 1/3 szt., mąka – 2łyżki), mięso wieprzowo- drobiowe -70g/60g, cebulka -15g, jajko-1/4szt. bułka tarta-5g, przyprawy, ziemniaki -200g, buraki- 70g, czosnek, przyprawy, kompot (owoc-50g, cukier- 3g), |
| Alergeny – seler, drób, laktoza, gluten, jajko kurze |
| **ŚRODA**  **25.01.2023** | • zupa krem z marchewki z grzankami  • klopsiki z dorsza, ryż, fasolka szparagowa na parze,  • kompot jabłkowy  Kcal 722/670 |
| Składniki – zupa (włoszczyzna- marchewka, pietruszka, seler) -150g, marchewka -50g, cebula-20g, curry, graham-20g, zielona pietruszka), filet z dorsza - 70g, jajko- 1/4szt., cebula- 5g, marchewka -10g, zielona pietruszka, mąka ryżowa – 10g, przyprawy, ryż – 60g/50g, fasolka szparagowa-70g, przyprawy, kompot ( owoc-50g, cukier- 3g), |
| Alergeny – seler, laktoza, jajko kurze, gluten |
| **CZWARTEK**  **26.01.2023** | • zupa grysikowa z tartymi warzywami i zieloną pietruszką  • gulasz wieprzowy z tymiankiem, kasza perłowa, ogórek kiszony  • kompot wieloowocowy  Kcal 698/644 |
| Składniki – zupa (włoszczyzna – marchewka, seler, pietruszka) - 100g, skrzydła drobiowe– 50g, cebula -20g, kasza manna – 20g, zielona pietruszka), mięso z szynki wieprzowej -85g/70g, marchewka – 20g, cebula -20g,, oliwa-3g, przyprawy, kasza perłowa - 60g/50g, ogórek kiszony- 70g, kompot (owoce -60g, cukier – 3g) |
| Alergeny – seler, mleko krowie, gluten |
| **PIĄTEK**  **27.01.2023** | • zupa krupnik zabielany na pęczaku z ziemniakami i zieloną pietruszką  • pierogi ruskie z masełkiem  • kompot jabłkowy z miętą  Kcal 715/656 |
| Składniki -zupa (włoszczyzna- seler, marchewka, pietruszka) –100g, skrzydła drobiowe -50g, ziemniaki -50g, kasza pęczak -20g, śmietana -10g, zielona pietruszka), mąka pszenna-40g, jajko-1/10szt., woda, ziemniaki -50g, ser śmietankowy -30g, przyprawy, masło-5g, kompot (owoce-50g, cukier-3g), |
| Alergeny – gluten, laktoza, jajko |

Menu przygotowane przez

**CULINARIUM CATERING SP. Z O.O.**