**JADŁOSPIS SZKOLNY - JESIEŃ II**

|  |  |
| --- | --- |
|  | **O B I A D** |
| **PONIEDZIAŁEK**  **02.10.2022** | • zupa krem z dynii z grzankami  • racuchy ryżowe z cukrem pudrem i domową nutellą śliwkową  • kompot jabłkowy ze śliwką  Kcal 703/655 |
| Składniki - zupa (włoszczyzna- seler, marchewka, pietruszka ) – 100g, dynia -50g, cebula -20g, imbir, graham– 20g, przyprawy), mąka pszenna- 50g, ryż- 25g, mleko 3,2%-50ml, jajko -1/2szt., proszek do pieczenia, wanilia, cukier puder -3g, konfitura wiśniowa -10g, kompot ( owoce-50g, cukier -3g) |
| Alergeny – gluten, laktoza, jajko |
| **WTOREK**  **03.10.2022** | • zupa grysikowa z tartymi warzywami i zieloną pietruszką  • gulasz wieprzowy z tymiankiem, kasza perłowa, ogórek kiszony  • kompot wieloowocowy  Kcal 698/644 |
| Składniki -zupa (włoszczyzna- seler, marchewka, pietruszka) –150g, skrzydła drobiowe -50g, kasza manna -20g, zielona pietruszka), mięso z szynki wieprzowej -85g/70g, marchewka – 20g, cebula -20g,, oliwa-3g, przyprawy, kasza perłowa - 60g/50g, ogórek kiszony- 80g 10g, kompot (owoce-50g, cukier-3g) |
| Alergeny – seler, pomidor, gluten, jajko kurze |
| **ŚRODA**  **04.10.2022** | • zupa koperkowa zabielana z makaronem  • kotleciki ziemniaczane z zieloną pietruszką podane z kleksem śmietany i surówka z marchewki i jabłka  • kompot jabłkowo z miętą  Kcal 722/645 |
| Składniki -zupa (włoszczyzna- seler, marchewka, pietruszka) –100g, skrzydła drobiowe -50g, koperek -20g, makaron -20g, śmietana -10g), ziemniaki -250g, cebula -25g, oliwa, bułka tarta -1 łyżka, przyprawy, zielona pietruszka, śmietana 22%- 1łyżka, marchewka -70g, jabłko -10g, kompot (owoce-50g, cukier-3g) |
| Alergeny – gluten, laktoza, jajko |
| **CZWARTEK**  **05.10.2022** | • zupa kalafiorowa zabielana z ryżem i zieloną pietruszką  • spaghetti z mięsem drobiowo - wieprzowym i sosem pomidorowym z ziołami  • kompot jabłkowo -śliwkowy  Kcal 700/643 |
| Składniki - zupa (włoszczyzna- marchew, pietruszka, seler ) -150g, skrzydła drobiowe -50g, kalafior -40g, ryż -10g, śmietana -10g, zielona pietruszka), makaron spaghetti – 60g (3l.-40g), mięso wieprzowo - drobiowe- 65g(3l.-45g), cebula- 10g, czosnek, zioła, oliwa- 5g, sos (wywar z jarzyn- 100ml, pomidory pelati - 50g, przyprawy), kompot (owoce-50g, cukier-3g) |
| Alergeny – seler, gluten, jajko, pomidory |
| **PIĄTEK**  **06.10.2022** | • zupa krupnik zabielany na pęczaku z ziemniakami i zieloną pietruszką  • klopsiki z dorsza, ryż, surówka z czerwonej kapusty  • kompot jabłkowy  Kcal 698/644 |
| Składniki – zupa (włoszczyzna- marchewka, pietruszka, seler) -100g, skrzydła drobiowe -50g, ziemniaki-60g, kasza pęczak -20g, śmietana -10g, zielona pietruszka), filet z dorsza - 70g, jajko- 1/4szt., cebula- 5g, marchewka -10g, zielona pietruszka, mąka ryżowa – 10g, przyprawy, ryż – 40g (3l.-30g) kapusta czerwona -70g, jabłko -20g, przyprawy, kompot ( owoc-50g, cukier- 3g), |
| Alergeny – seler, laktoza, jajko kurze, gluten |

Menu przygotowane przez

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