**. JADŁOSPIS SZKOLNY - JESIEŃ X**

|  |  |
| --- | --- |
|  | **O B I A D** |
| **PONIEDZIAŁEK**  **21.11.2022** | • zupa grochowa z makaronem  •kaszotto z indykiem, marchewką i zielonym groszkiem  •kompot jabłkowo- śliwkowy  Kcal 717/662 |
| Składniki -zupa (włoszczyzna- seler, marchewka, pietruszka) – 100g, groch -50g, cebula -20g makaron– 20g, zielona pietruszka), kasza perłowa -50g (3l.-35g). wywar warzywny -50ml, filet z indyka -50g (3l.-35g), cebula -20g, marchewka -20g, zielony groszek -20g, kompot (owoce-50g, cukier-3g) |
| Alergeny – gluten, laktoza, seler |
| **WTOREK**  **22.11.2022** | • zupa domowy rosół z makaronem i zieloną pietruszką,  • kotlet drobiowy w panierce z lnem mielonym, ziemniaki puree, buraczki zasmażane  • kompot porzeczkowo – jabłkowy  Kcal 710/668 |
| Składniki – zupa (włoszczyzna- marchewka, pietruszka, seler )-100g, skrzydła drobiowe -30g, cebula -20g, por -10g, makaron -20g, przyprawy, zielona pietruszka,), filet drobiowy -60g (3l.-50g), jajko-1/4szt.,bułka tarta-5g, mąka -5g, przyprawy, ziemniaki -200g (3l.-150g), buraki -70g, czosnek przyprawy, kompot ( owoc-50g, cukier-3g) |
| Alergeny – seler, drób, laktoza, gluten, jajko kurze |
| **ŚRODA**  **23.11.2022** | • zupa koperkowa zabielana z makaronem  • wieprzowina orientalna z warzywami podana z ryżem,  • kompot jabłkowy z rabarbarem  Kcal 717/654 |
| Składniki – zupa (włoszczyzna- marchewka, pietruszka, seler) - 100g, koperek -20g, skrzydła drobiowe-20g, makaron -20g, śmietana -10g) mięso wieprzowe -60g (3l.-50g), cebulka -15g, kapusta biała- 50g, marchewka -20g, seler naciowy -10g, przyprawy, mąka ziemniaczana -10g, ryż -50g ( 3l. -30g), kompot (owoc-50g, cukier- 3g), |
| Alergeny – seler, drób, laktoza, gluten, jajko kurze |
| **CZWARTEK**  **24.11.2022** | • zupa ogórkowa zabielana z ryżem  • makaron z serem śmietankowym posypany cukrem  • kompot jabłkowy  Kcal 686/650 |
| Składniki - zupa (włoszczyzna – marchewka, pietruszka, seler) -100g, ogórki kiszone - 50g, ryż – 20g, przyprawy, śmietana-10g), makaron pszenny - 60g (3l.-45g), twaróg śmietankowy – 60g (3l.-40g), cukier trzcinowy-3g, kompot ( owoce-50g, cukier -3g) |
| Alergeny – gluten, laktoza, seler |
| **PIĄTEK**  **25.11.2022** | • zupa pomidorowa zabielana z makaronem  • kotleciki ziemniaczane z zieloną pietruszką podane z kleksem śmietany i surówka z marchewki i jabłka  • kompot jabłkowy z miętą  Kcal 722/645 |
| Składniki -zupa (włoszczyzna- seler, marchewka, pietruszka) –100g, skrzydła drobiowe -50g, koperek -20g, ryż -10g, 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 |

Menu przygotowane przez

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