**JADŁOSPIS SZKOLNY - JESIEŃ V**

|  |  |
| --- | --- |
|  | **O B I A D** |
| **PONIEDZIAŁEK**  **17.10.2022** | • zupa grysikowa z tartymi warzywami i zieloną pietruszką  • makaron świderki w sosie pomidorowym z grillowaną cukinią i marchewką  • kompot śliwkowy  Kcal 705/643 |
| Składniki - zupa( włoszczyzna – marchewka, seler, pietruszka) -150g, skrzydła drobiowe -50g, kasza manna -20g, zielona pietruszka), makaron świderki- 70g/50g, pomidory pelati -50g, cebula -20g, cukinia -20g, marchewka -20g, przyprawy kompot ( owoce-50g, cukier -3g) |
| Alergeny – seler, gluten, laktoza, jajo kurze |
| **WTOREK**  **18.10.2022** | • zupa koperkowa zabielana z ryżem  • kotleciki drobiowe w panierce z lnem mielonym, ziemniaki puree, buraczki zasmażane  • kompot jabłkowy z miętą  Kcal 710/668 |
| Składniki – zupa (włoszczyzna- marchewka, pietruszka, seler )-100g, koperek -10g, ryż-20g, przyprawy, śmietana -10g,), filet drobiowy -80g/70g, jajko-1/4szt.,bułka tarta-5g, mąka -5g, len mielony -2g, przyprawy, ziemniaki -200g, buraki-70g, czosnek, przyprawy, kompot ( owoc-50g, cukier-3g) |
| Alergeny – seler, drób, laktoza, gluten, jajko kurze |
| **ŚRODA**  **19.10.2022** | • zupa krem z marchewki z grzankami  • gulasz wieprzowy z tymiankiem, kasza perłowa, ogórki kiszone  • kompot jabłkowo- porzeczkowy  Kcal 698/644 |
| Składniki – zupa (włoszczyzna – marchewka, seler, pietruszka) - 100g, marchewka-60g, cebula -20g, przyprawy, graham -20g), mięso z szynki wieprzowej -90g/75g, marchewka – 20g, cebula -20g, oliwa-3g, przyprawy, kasza perłowa - 60g/50g, ogórek kiszony -70g, kompot (owoce -60g, cukier – 3g) |
| Alergeny – seler, gluten, mleko krowie, pomidory |
| **CZWARTEK**  **20.10.2022** | • zupa ziemniaczana z zieloną pietruszką  • łazanki z kapustą i mięsem wieprzowym  • kompot jabłkowo- śliwkowy    Kcal 710/650 |
| Składniki - zupa (włoszczyzna- seler, marchewka, pietruszka) –100g, ziemniaki-70g, cebula-30g, przyprawy, zielona pietruszka), makaron -70g/55g, kapusta biała-70g, mięso wieprzowe – 70g, cebula – 20g, przyprawy, oliwa-3g, kompot (owoce-50g, cukier-3g) |
| Alergeny – gluten, laktoza, seler |
| **PIĄTEK**  **21.10.2022** | • zupa domowy krupnik zabielany na pęczaku z ziemniakami i zieloną pietruszką  • naleśniki pszenne z amarantusem i serem śmietankowym z wanilią polane musem mus brzoskwiniowy  • kompot jabłkowy z miętą  Kcal 711/658 |
| Składniki - zupa (włoszczyzna - marchewka, pietruszka, seler) -100g, pomidory pelati -50g, cebula -20g, przyprawy, ryż-20g, śmietana-10g), mąka-pszenna- 35g, mąka z amarantusa- 10g, jajko-1/3szt, ser biały śmietanowy -50g, cukier-5g, brzoskwinia -50g, kompot (owoce-50g, cukier-3g) |
| Alergeny –seler, gluten, laktoza, jajko kurze |

Menu przygotowane przez

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