**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 śliwkowyKcal 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 miętąKcal 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- porzeczkowyKcal 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 miętąKcal 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.**