**JADŁOSPIS SZKOLNY - ZIMA IV**

|  |  |
| --- | --- |
|  | **O B I A D** |
| **PONIEDZIAŁEK**  **09.01.2023** | • zupa krem z warzyw z grzankami  • gulasz wieprzowy z tymiankiem, kasza perłowa, buraczki z chrzanem,  • kompot wieloowocowy  Kcal 494/442 |
| Składniki – zupa (włoszczyzna – marchewka, seler, pietruszka) - 150g, kalafior – 50g, cebula -30g, por -20g, graham -30g), mięso z szynki wieprzowej -85g/70g, marchewka – 20g, cebula -20g, oliwa-3g, przyprawy, kasza perłowa - 50g/35g, buraki– 50g, chrzan -15g, kompot (owoce -60g, cukier – 3g) |
| Alergeny – seler, mleko krowie, gluten |
| **WTOREK**  **10.01.2023** | • zupa domowy krupnik zabielany na pęczaku z ziemniakami i zieloną pietruszką  • łazanki z kapustą i mięsem wieprzowym  • kompot jabłkowy z miętą  Kcal 495/444 |
| Składniki - zupa (włoszczyzna- seler, marchewka, pietruszka) –100g, skrzydła drobiowe -50g, ziemniaki -50g, kasza pęczak -20g, śmietana -10g, zielona pietruszka), makaron łazanki -50g (3l.-35g), kapusta biała-50g, mięso wieprzowe – 50g, cebula – 20g, przyprawy, oliwa-3g, kompot (owoce-50g, cukier-3g) |
| Alergeny – gluten, laktoza, seler |
| **ŚRODA**  **11.01.2023** | • zupa domowy rosół z makaronem i zieloną pietruszką  • risotto warzywne z grillowaną cukinią z marchewką i brokułem,  • kompot jabłkowo- rabarbarowy  Kcal 488/456 |
| Składniki - zupa (włoszczyzna- marchewka, pietruszka, seler )- 150g, skrzydła drobiowe -50g, por-20g, cebula -20g, makaron -20g, zielona pietruszka), ryż -60g/50g, marchewka -30g, cebula -20g, cukinia – 30g, brokuł– 30g, kompot (owoce-50g , cukier -3g) |
| Alergeny- seler, gluten. laktoza, jajko kurze |
| **CZWARTEK**  **12.01.2023** | • zupa pomidorowa zabielana z ryżem  • makaron penne a la Carbonara z szynką  • kompot jabłkowo - śliwkowy  Kcal 489/437 |
| Składniki - zupa (włoszczyzna- marchew, pietruszka, seler ) -100g, pomidory pelati -50g, cebula-20g, , przyprawy, ryż-20g, śmietana -10g), makaron penne- 65g/60g, szynka wieprzowa-50g/ 35g,, oliwa-5g, sos( śmietana kremówka-50 ml, cebula-20g, jajko-1/3 szt., ser żółty-10g, przyprawy kompot ( owoce-50g, cukier -3g) |
| Alergeny – seler, gluten, laktoza, jajo kurze |
| **PIĄTEK**  **13.01.2023** | • zupa barszcz czerwony zabielany z ziemniakami  • naleśniki pszenne z amarantusem i serem śmietankowym z wanilią polane musem brzoskwiniowo – dyniowym  • kompot jabłkowy  Kcal 477 /434 |
| Składniki - zupa (włoszczyzna- marchew, pietruszka, seler) -100g, buraki -50g, czosnek, koper, przyprawy, ziemniaki -80g, śmietana -10g,), mąka-pszenna- 35g, mąka razowa- 10g, jajko-1/3szt, ser biały śmietanowy -50g, cukier-5g, brzoskwinia-40g, dynia – 15g, kompot (owoce-50g, cukier-3g) |
| Alergeny - laktoza, gluten, jajko kurze |

Menu przygotowane przez

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