

PONIEDZIAŁEK 08/ 01/ 18r.

Zupa kalafiorowa z warzywami, ryżem i ziel. pietr
Spaghetti bolognese z mięsem wp/ woł.

Owoc jabłko

Alergeny: gorczyca, seler, jaja, gluten, mleko



WTOREK 09/ 01/ 18r.

Zupa pomidorowa z zacierką z warzywami i ziel. pietr.
Złocista pierś z kurczaka z ziemniakami puree

Surówka z marchewki

Owoc mandarynka



ŚRODA 10/ 01/ 18r.

Zupa wiejska z warzywami, ziemniakami, mięso miel. wp. ziel. groszek i ziel. pietruszka
Naleśniki z twarogiem/ sos jogurtowy (osobno)

Owoc banan

Alergeny: gorczyca, seler, jaja, gluten, mleko



CZWARTEK 11/ 01/ 18r.

Zupa marchwianka z warzywami, ziemniakami i ziel. pietruszką
Pieczeń rzymska w sosie własnym z kaszą pęczak, surówka z buraczków

Owoc melon

Alergeny: gorczyca, gluten, seler, jaja, mleko



PIĄTEK 12/ 01/ 18r.

Zupa ogórkowa z warzywami, ziemniakami i ziel. pietr.
Paluszki rybne z ziemniakami puree,
Surówka wiosenna z białej kapusty, ogórka, kukurydzy, marchewki i ziel. pietruszki
Ciasto szpinakowe

Alergeny: ryby, guma guar, seler, jaja, gluten, mleko

UWAGI:

Z uwagi na dostępność oraz sezonowość niektórych produktów np. Owoce – podwieczorki dopuszcza się możliwość zmiany menu.

Gramatury wyliczone wg zapotrzebowania na energię dla szkolnej grupy wiekowej:

zupy do 300 ml/ os, Danie główne (skrobia od 80 do 120 gr/ os, mięso/ ryba od 60 do 80 gr/ os, surówka

Od 90 do 120gr/ os.), dania mączne (naleśniki, pierogi, kluski) do 100-200 gr/ os, sosy do 10 gr/ os, deser 20 gr

do 200 gr/ os

PONIEDZIAŁEK 15/ 01/ 18r.

Zupa brokułowa z zacierką, warzywami i ziel. pietruszką

Potrawka z kurczaka z mięsem duszonym z warzywami
(kukurydza, marchewka, fasolka szparagowa, ziel groszek)

Owoc jabłko

Alergeny; gorczyca, seler, jaja, gluten, mleko



WTOREK 16/ 01/ 18r.

Zupa z czerwonej soczewicy z warzywami, ziemniakami i ziel. pietruszką

Pulpet wp. w sosie śmietanowym z ziemniakami puree

Surówka z marchewki

Owoc gruszka

Alergeny; gorczyca, seler, jaja, gluten, mleko



ŚRODA 17/ 01/ 18r.

Zupa krupnik z ziemniakami, warzywami i ziel. pietr

Kluski leniwe z twarogiem/ sos jogurtowy (osobno)

Mus owocowy banan/ jabłko 100 gram

Alergeny; gorczyca, seler, jaja, gluten, mleko



CZWARTEK 18/ 01/ 18r.

Zupa zacierka babuni na grysiku z warzywami i ziel. pietr.

Duszona pierś z kurczaka w sosie holenderskim z kaszą jaglaną

Surówka z buraczków, owoc melon



PIĄTEK 19/ 01/ 18r.

Zupa barszcz zabieleny z warzywami, ziemniakami i ziel. pietruszką

Kotlecik smażony z dorsza z ziemniaki puree z ziel. koperkiem

Surówka z kapusty pekińskiej, ogórka, kukurydzy i ziel. pietr.

Baton Sante Green Tree zbożowo czekoladowy

Alergeny; ryby, seler, jaja, gluten, mleko

UWAGI:

Z uwagi na dostępność oraz sezonowość niektórych produktów np. Owoce – podwieczorki dopuszcza się możliwość zmiany menu.

Gramatury wyliczone wg zapotrzebowania na energię dla szkolnej grupy wiekowej:

zupy do 300 ml/ os, Danie główne (skrobia od 80 do 120 gr/ os, mięso/ ryba od 60 do 80 gr/ os, surówka

Od 90 do 120gr/ os.), dania mączne (naleśniki, pierogi, kluski) do 100-200 gr/ os, sosy do 10 gr/ os, deser 20 gr

do 200 gr/ os

PONIEDZIAŁEK 22/ 01/ 18r.

Zupa koperkowa z ryżem, warzywami i ziel. pietruszką
Makaron penne w sosie napolli z kurczakiem,
Surówka z białej kap, ogórka, kuk. i ziel. pietr.
Owoc jabłko

Alergeny; gorczyca, seler, jaja, gluten, mleko



WTOREK 23/ 01/ 18r.

Zupa rosół z makaronem, warzywami i ziel. pietr.
Kotlecik pożarski w sosie koperkowym, ziemniaki puree
Surówka z tartego kalafiora i marchewki, owoc mandarynka.

Alergeny; gorczyca, gluten, seler, jaja, mleko



ŚRODA 24/ 01/ 18r.

Zupa gulaszowa z ziemniakami mięsem mielonym drobiowym warzywami i ziel. pietruszka
Racuchy z cukrem pudrem
Owoc banan

Alergeny; gorczyca, seler, jaja, gluten, mleko



CZWARTEK 25/ 01/ 18r.

Zupa marchwianka z warzywami, ziemniakami i ziel. pietruszką
Gulasz wp. z groszkiem i marchewką, kasza gryczana
Surówka z buraczków
Owoc melon św.

Alergeny; gorczyca, gluten, seler, jaja, mleko



PIĄTEK 26/ 01/ 18r.

Zupa jarzynowa z fasolką, brokułami, brukselką, kalafiozem, zacierką i ziel. pietr
Pulpet z dorsza w sosie śmietanowo cytrynowym
Ziemniaki puree, marchewka gotowana z ziel. groszkiem
Ciasto marchewkowe

Alergeny; ryby, guma guar, seler, jaja, gluten, mleko

UWAGI:

Z uwagi na dostępność oraz sezonowość niektórych produktów np. Owoce – podwieczorki dopuszcza się możliwość zmiany menu.

Gramatury wyliczone wg zapotrzebowania na energię dla szkolnej grupy wiekowej:

zupy do 300 ml/ os, Danie główne (skrobia od 80 do 120 gr/ os, mięso/ ryba od 60 do 80 gr/ os, surówka

Od 90 do 120gr/ os.), dania mączne (naleśniki, pierogi, kluski) do 100-200 gr/ os, sosy do 10 gr/ os, deser 20 gr

do 200 gr/ os

PONIEDZIAŁEK 29/ 01/ 18r.

Zupa pomidorowa z ryżem, warzywami i ziel.
Krokiet z mięsem, surówka z białej kapusty, ogórka, kukurydzy i ziel. pietruszki
Owoc jabłko
Alergeny; gorczyca, seler, jaja, gluten, mleko



WTOREK 30/ 01/ 18r.

Zupa z zielonych warzyw z ryżem i ziel. pietruszką
(fasolka szparagowa, groszek, brokuły, szpinak)
Gołąbek w sosie pomidorowym z ziemniakami puree
Owoc gruszka
Alergeny; gorczyca, seler, jaja, gluten, mleko, soja



ŚRODA 31/ 01/ 18r.

Zupa krupnik z ziemniakami, warzywami i ziel. pietr.
Pierogi z jabłkiem i brzoskwinia/ sos jogurtowy (osobno)
Owoc banan
Alergeny; gorczyca, seler, jaja, gluten, mleko



CZWARTEK 01/ 02/ 18r.

Zupa delikatny żurek z jajkiem, warzywami, ziemniakami i ziel. pietr.
Sznycel drobiowy z ziemniakami puree
Surówka z buraczków
Owoc melon
Alergeny; gorczyca, gluten, seler, jaja, mleko



PIĄTEK 02/ 02/ 18r.

Zupa barszcz czerwony zabieleny z warzywami i ziel. pietruszką
Dorszyk pod pierzynką jesienną z warzywami ogrodowymi, ziemniaki puree z ziel.
koperkiem, surówka z marchewki
Chrupki kukurydziane o smaku czekoladowym/ SAN (bez dodatku cukru.)
Alergeny; ryby, guma guar, seler, jaja, gluten, mleko

UWAGI:

Z uwagi na dostępność oraz sezonowość niektórych produktów np. Owoce – podwieczorki dopuszcza się możliwość zmiany menu.

Gramatury wyliczone wg zapotrzebowania na energię dla szkolnej grupy wiekowej:

zupy do 300 ml/ os, Danie główne (skrobia od 80 do 120 gr/ os, mięso/ ryba od 60 do 80 gr/ os, surówka Od 90 do 120gr/ os.), dania mączne (naleśniki, pierogi, kluski) do 100-200 gr/ os, sosy do 10 gr/ os, deser 20 gr do 200 gr/ os