

PONIEDZIAŁEK 05/ 02/ 18r.

Zupa brokułowa z warzywami, ryżem i ziel. pietr
Pierogi ruskie ze złocistą cebulką, surówka wiosenna z białej kapusty, marchewki,
kukurydzy, św. ogórka i pietruszki
Owoc jabłko

Alergeny: gorczyca, seler, jaja, gluten, mleko



WTOREK 06/ 02/ 18r.

Zupa ogórkowa z warzywami, ziemniakami i ziel. pietr.
Roladka ze szpinakiem w sosie śmietanowym z kaszą jaglaną
Surówka z marchewki
Owoc mandarynka



ŚRODA 07/ 02/ 18r.

Zupa wiejska z warzywami, ziemniakami, mięso miel. wp. ziel. groszek i ziel. pietruszka
Kopytka w sosie pieczeniowym, pałka z kurczaka, fasolka szparagowa
Owoc gruszka

Alergeny: gorczyca, seler, jaja, gluten, mleko



CZWARTEK 08/ 02/ 18r.

Zupa rosół z makaronem, warzywami i ziel. pietr.
Pulpet drobiowy w sosie pomidorowym, ziemniaki got. surówka z buraczków
Ciastko pączek z cukrem pudrem (*Thusty czwartek*)

Alergeny: gorczyca, gluten, seler, jaja, mleko



PIĄTEK 09/ 02/ 18r.

Zupa kalafiorowa z warzywami, ziemniakami i ziel. pietr
Medalion z dorsza z ziemniakami puree,
Marchewka duszona
Owoc melon

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 12/ 02/ 18r.

Zupa koperkowa z ryżem, warzywami i ziel. pietruszką
Spaghetti bolognese z mięsem wp/ woł.

Owoc jabłko

Alergeny; gorczyca, seler, jaja, gluten, mleko



WTOREK 13/ 02/ 18r.

Zupa pomidorowa z zacierką, warzywami i ziel.
Złocista pierś panierowana z kurczaka, ziemniakami puree
Surówka z tartego kalafiora i marchewki

Owoc gruszka

Alergeny; gorczyca, seler, jaja, gluten, mleko



ŚRODA 14/ 02/ 18r.

Zupa krupnik z ziemniakami, warzywami i ziel. pietr
Naleśniki z twarogiem/ sos jogurtowy (osobno)

Mus owocowy banan/ jabłko 100 gram

Alergeny; gorczyca, seler, jaja, gluten, mleko



CZWARTEK 15/ 02/ 18r.

Zupa minnestrone z cz. papryką pomidorami pelatti i ziel. pietr.
Eskalopki drobiowe z groszkiem i marchewką, ziemniaki puree
Surówka z buraczków, owoc melon



PIĄTEK 16/ 02/ 18r.

Zupa barszcz zabieleny z warzywami, ziemniakami i ziel. pietruszką
Roladka z dorsza z warzywami w sosie koperkowym ziemniaki puree z ziel. koperkiem
Surówka z kapusty pekińskiej, ogórka, kukurydzy i ziel. pietr.

Ciasto sernik wiedeński

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 19/ 02/ 18r.

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

Tortellini w sosie brokułowym ,

Owoc jabłko

Alergeny; gorczyca, seler, jaja, gluten, mleko



WTOREK 20/ 02/ 18r.

Zupa ogórkowa z warzywami, ziemniakami i ziel. pietr.

Kotlecik pożarski w sosie koperkowym, ziemniaki puree

Surówka wiosenna z białej kapusty, marchewki, kukurydzy, ogórka i ziel. pietr.

Owoc mandarynka.

Alergeny; gorczyca, gluten, seler, jaja, mleko



ŚRODA 21/ 02/ 18r.

Zupa węgierska bogracz ziemniakami mięsem mielonym wp. warzywami i ziel. pietruszka

Kluski leniwe z twarogiem/ sos jogurtowy

Owoc gruszka

Alergeny; gorczyca, seler, jaja, gluten, mleko



CZWARTEK 22/ 02/ 18r.

Zupa z czerwonej soczewicy 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 23/ 02/ 18r.

Zupa marchwianka z warzywami, ziemniakami i ziel. pietruszką

Paluszki rybne z ziemniakami puree z ziel. koperkiem, surówka colesław

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

PONIEDZIAŁEK 26/ 02/ 18r.

Zupa pomidorowa z ryżem, warzywami i ziel.
Makaron penne carbonarra z szynką królewską

Owoc jabłko

Alergeny; gorczyca, seler, jaja, gluten, mleko



WTOREK 27/ 02/ 18r.

Zupa delikatny żurek z jajkiem, warzywami, ziemniakami i ziel. pietr.
Kurczak tikka masala na jog. naturalnym mleczko kokosowe w sosie curry z ryżem
parabolicznym, surówka z marchewki

Owoc mandarynka

Alergeny; gorczyca, seler, jaja, gluten, mleko, soja



ŚRODA 28/ 02/ 18r.

Zupa gulaszowa z ziemniakami mięsem mielonym drobiowym warzywami i ziel. pietruszka
Pierogi z twarogiem i jagodami/ sos jogurtowy (osobno)

Owoc gruszka

Alergeny; gorczyca, seler, jaja, gluten, mleko



CZWARTEK 01/ 03/ 18r.

Zupa rosół z makaronem, warzywami i ziel. pietr.
Roladka drobiowa z warzywami w sosie śmietanowym, ziemniakami puree

Surówka z buraczków

Owoc melon

Alergeny; gorczyca, gluten, seler, jaja, mleko



PIĄTEK 02/ 03/ 18r.

Zupa jarzynowa z fasolką, brokułami, brukselką, kalafiozem, zacierką i ziel. pietr.
Dorsz po grecku z ziemniakami puree z ziel. koperkiem, surówka colesław

Ciasto marchewkowe (obniżona zawartość cukru)

Alergeny; ryby, seler, jaja, gluten, mle

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 (skrobina 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