**JADŁOSPIS SZKOLNY - ZIMA I**

|  |  |
| --- | --- |
|  | **O B I A D** |
| **PONIEDZIAŁEK**  **19.12.2022** | • zupa ogórkowa zabielana z ryżem  • makaron penne a la Carbonara z szynką  • kompot jabłkowo - rabarbarowy  Kcal 712/660 |
| Składniki - zupa( włoszczyzna – marchewka, seler, pietruszka) -100g, ogórki kiszone-50g, ryż -20g, przyprawy, śmietana -10g), makaron penne- 70g/60g, szynka wieprzowa-50g, 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 |
| **WTOREK**  **20.12.2022** | • zupa ryżowa z tartymi warzywami i zieloną pietruszką  • kotlet mielony w panierce z lnem mielonym, ziemniaki puree, domowy ogórek kiszony  • kompot jabłkowy z rabarbarem  Kcal 722/666 |
| Składniki – zupa (włoszczyzna- marchewka, pietruszka, seler) - 150g, skrzydła drobiowe -50g, cebula -20g, ryż -20g, zielona pietruszka), mięso wieprzowo- drobiowe -75g/60g, cebulka -15g, jajko-1/4szt. bułka tarta-5g, przyprawy, ziemniaki -200g, domowy ogórek kiszony- 90g, kompot (owoc-50g, cukier- 3g), |
| Alergeny – seler, drób, laktoza, gluten, jajko kurze |
| **ŚRODA**  **21.12.2022** | • zupa ziemniaczana z zieloną pietruszką,  • wieprzowina orientalna z warzywami podana z ryżem,  • kompot jabłkowy z rabarbarem  Kcal 715/659 |
| Składniki – zupa (włoszczyzna- marchewka, pietruszka, seler) - 100g, ziemniaki-80g, zielona pietruszka) mięso wieprzowe -80g/70g. cebulka -15g, kapusta biała- 50g, marchewka -20g, seler naciowy -10g, przyprawy, mąka ziemniaczana -10g, ryż -50g/40g, kompot (owoc-50g, cukier- 3g), |
| Alergeny – seler, drób, laktoza, gluten, jajko kurze |
| **CZWARTEK**  **22.12.2022** | • zupa barszcz czerwony z ziemniakami  • makaron ze serem śmietankowym posypany cukrem  • kompot z suszonych owoców  Kcal 717/654 |
| Składniki - zupa (włoszczyzna – marchewka, pietruszka, seler) -100g, buraki 50g, czosnek, przyprawy, ziemniaki – 70g), makaron pszenny - 70g/55g, twaróg śmietankowy – 60g, cukier trzcinowy-3g, kompot ( owoce-50g, cukier -3g), kompot ( owoce-50g, cukier – 3g) |
| Alergeny – gluten, laktoza, seler |
| **PIĄTEK**  **23.12.2022** |  |

Menu przygotowane przez

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