**JADŁOSPIS SZKOLNY - JESIEŃ VIII**

|  |  |
| --- | --- |
|  | **O B I A D** |
| **PONIEDZIAŁEK**  **07.11.2022** | • zupa ogórkowa zabielana z ryżem  • makaron w sosie śmietanowo – szpinakowym z twarogiem śmietankowym  • kompot jabłkowo - rabarbarowy  Kcal 718/680 |
| Składniki - zupa (włoszczyzna – marchewka, pietruszka, seler) -100g, ogórki kiszone -40g, cebula -10g, przyprawy, ryż -20g śmietana -10g), szpinak -30g, śmietana 30% -20g, czosnek, oliwa, makaron -70g/55g, twaróg śmietankowy – 50g, kompot ( owoce-50g, cukier – 3g) |
| Alergeny – seler, pomidory, laktoza, gluten, |
| **WTOREK**  **08.11.2022** | • zupa rosół z makaronem i zieloną pietruszką  • nugetsy drobiowe, ziemniaki puree, sałatka szwedzka  • kompot porzeczkowo – jabłkowy  Kcal 722/663 |
| Składniki – zupa (włoszczyzna- marchewka, pietruszka, seler )-100g, skrzydła drobiowe -50g, cebula-20g, por-20g, makaron-20g, zielona pietruszka,), filet drobiowy -80g/60g, jajko-1/4szt, mąka -5g, przyprawy, płatki kukurydziane – 20g, ziemniaki -200g, sałatka szwedzka – 70g, kompot ( owoc-50g, cukier-3g) |
| Alergeny – seler, drób, laktoza, gluten, jajko kurze |
| **ŚRODA**  **09.11.2022** | • zupa ziemniaczana z zieloną pietruszką  • klopsiki z dorsza, ryż, surówka z kapusty czerwonej i jabłka  • kompot jabłkowy  Kcal 698/644 |
| Składniki – zupa (włoszczyzna- marchewka, pietruszka, seler) -150g, ziemniaki -80g, cebula-20g, , zielona pietruszka), filet z dorsza - 70g, jajko- 1/4szt., cebula- 5g, marchewka -10g, zielona pietruszka, mąka ryżowa – 10g, przyprawy, ryż – 60g/50g, kapusta czerwona -70g jabłko-10g, przyprawy, kompot ( owoc-50g, cukier- 3g), |
| Alergeny – seler, laktoza, jajko kurze, gluten |
| **CZWARTEK**  **10.11.2022** | • zupa pomidorowa zabielana z makaronem  • pierogi ze serem śmietankowym polane masełkiem  • kompot jabłkowy z miętą  Kcal 715/656 |
| Składniki - zupa (włoszczyzna - marchewka, pietruszka, seler) -100g, pomidory pelati -50g, cebula -20g, makaron-20g, śmietana -10g), mąka pszenna-40g, jajko-1/4szt., ser śmietankowy -50g, cukier- 3g, masło-5g, kompot (owoce-50g, cukier-3g) |
| Alergeny –seler, gluten, laktoza, jajko kurze |
| **PIĄTEK**  **11.11.2022** |  |

Menu przygotowane przez

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