**JADŁOSPIS SZKOLNY - ZIMA XII**

|  |  |
| --- | --- |
|  | **O B I A D** |
| **PONIEDZIAŁEK**  **06.03.2023** | • zupa krem z cukinii z grzankami  • makaron penne a la Carbonara z szynką  • kompot jabłkowo - rabarbarowy  Kcal 712/650 |
| Składniki - zupa( włoszczyzna – marchewka, seler, pietruszka) -100g, cukinia-50g,ziemniaki -20g, czosnek, graham-20g, przyprawy), makaron penne- 60g/40g, 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**  **07.03.2023** | • zupa krupnik zabielany na pęczaku z ziemniakami i zieloną pietruszką  • pierogi leniwe polane masełkiem z tartym jabłkiem  • kompot jabłkowy z miętą    Kcal 720/666 |
| Składniki - zupa (włoszczyzna- seler, marchewka, pietruszka) – 100g, skrzydła drobiowe -50g, ziemniaki-50g, kasza pęczak - 30g, śmietana-10g, zielona pietruszka), mąka-40g, jajko-1/3, ser biały- 60g/50g, masło-5g, jabłko -60g, cynamon. kompot (owoce-50g, cukier -3g) |
| Alergeny – seler, pomidory gluten, laktoza, jajko kurze |
| **ŚRODA**  **08.03.2023** | • zupa ryżowa z tartymi warzywami i zieloną pietruszką  • nugetsy z indyka, ziemniaki puree, sałatka szwedzka  • kompot porzeczkowo – jabłkowy  Kcal 722/663 |
| Składniki – zupa (włoszczyzna- marchewka, pietruszka, seler )-100g, skrzydła drobiowe -50g, cebula-20g,ryż-20g, śmietana-10g, zielona pietruszka,), filet drobiowy -80g/65g, jajko-1/4szt, mąka -5g, przyprawy, płatki kukurydziane – 20g, ziemniaki -200g, sałatka szwedzka -80g, przyprawy, kompot ( owoc-50g, cukier-3g) |
| Alergeny – seler, drób, laktoza, gluten, jajko kurze |
| **CZWARTEK**  **09.03.2023** | • zupa krem z warzyw z grzankami  •kaszotto z kurczakiem, marchewką i zielonym groszkiem  •kompot jabłkowo- śliwkowy  Kcal 717/662 |
| Składniki -zupa (włoszczyzna- seler, marchewka, pietruszka) – 100g, por -20g, kalafior-20g, graham -20g zielona pietruszka), kasza perłowa -60g/45g. wywar warzywny -50ml, filet z kurczaka -60g/50g, cebula -20g, marchewka -20g, zielony groszek -20g, kompot (owoce-50g, cukier-3g) |
| Alergeny – gluten, laktoza, seler |
| **PIĄTEK**  **10.03.2023** | • zupa barszcz czerwony zabielany z ziemniakami  • makaron świderki z serem śmietankowym posypany cukrem  • kompot jabłkowy z rabarbarem  KcaL 715/662 |
| Składniki - zupa (włoszczyzna – marchewka, pietruszka, seler) -100g, buraki -40g, czosnek, koper, przyprawy, ziemniaki -80g śmietana -10g), makaron pszenny - 70g/55g, twaróg śmietankowy – 60g, cukier trzcinowy-3g, kompot ( owoce-50g, cukier -3g) |
| Alergeny – gluten, laktoza, seler |

Menu przygotowane przez

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