**SZKOŁA, PRZEDSZKOLE ŚLUBÓW**

JADŁOSPIS 1-3.05.2024

|  |
| --- |
| **CZWARTEK 02.05.2024** |
| **Posiłek** | **Zupa** | **II danie** |
| **Rosół z makaronem** | **Kotlet schabowy z ziemniakami i surówką z kiszonego ogórka**(danie smażone) |
| **Skład surowcowy** | **Rosół z makaronem 300ml*** Bulion mięsny 180ml
* Makaron 50g
* Marchew 25g
* Pietruszka 25g
* Seler 20g
* Przyprawy – sól, pieprz
 | **Kotlet schabowy 120g*** Schab b/k 90g
* Bułka tarta 15g
* Jaja 15g
* Przyprawy: sól, pieprz

**Ziemniaki 200g****Surówka z kiszonego ogórka i marchewki 120g*** Ogórek kiszony 85g
* Marchew 25g
* Cebula 10g
 |
| **Alergeny** | Gluten, jaja, seler | Gluten, jaja |

**SZKOŁA, PRZEDSZKOLE ŚLUBÓW**

JADŁOSPIS 6-10.05.2024

|  |
| --- |
| **PONIEDZIAŁEK 6.05.2024** |
| **Posiłek** | **Zupa** | **II danie** |
| **Zupa ogórkowa** | **Kotlet Kargul z ziemniakami i surówką wiosenną**(danie pieczone) |
| **Skład surowcowy** | **Zupa ogórkowa 300ml*** Bulion warzywny 170ml
* Ziemniaki 35g
* Ogórek kiszony 30g
* Marchewka 25g
* Seler 10g
* Pietruszka 15g
* Por 15g
* Sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, czosnek
 | **Kotlet Kargul 120g*** Filet z kurczaka 75g
* Jaja 15g
* Papryka 15g
* Mąka 15g
* Sól, pieprz

**Ziemniaki 200g****Surówka wiosenna 120g*** Kapusta biała 65g
* Marchew 15g
* Ogórek 10g
* Pomidor 10g
* Papryka 10g
* Oliwa z oliwek 10g
* Przyprawy: sól cukier, olej, cytrynka
 |
| **Alergeny** | Seler | Gluten, jaja |

|  |
| --- |
| **WTOREK 7.05.2024** |
| **Posiłek** | **Zupa** | **II danie** |
| **Zupa ziemniaczana** | **Makaron z sosem bolognese**(danie duszone) |
| **Skład surowcowy** | **Zupa ziemniaczana 300ml*** Bulion 180 ml
* Ziemniaki 50g
* Marchew 25g
* Seler 20g
* Pietruszka 25g
* Przyprawy: sól, pieprz, majeranek
 | **Makaron z sosem bolognese****Makaron 200g****Sos bolognese 240g*** Mięso mielone 120g
* Cebula 20g
* Koncentrat pomidorowy 25g
* Bulion warzywny 75ml
* Przyprawy: sól, pieprz, bazylia, oregano.
 |
| **Alergeny** | Seler | Gluten, jaja |
|  |  |  |  |
| **ŚRODA 8.05.2024** |
| **Posiłek** | **Zupa** | **II danie** |
| **Zupa pomidorowa z makaronem** | **Kurczak w sosie słodko-kwaśnym z ryżem**(danie duszone) |
| **Skład surowcowy** | **Zupa pomidorowa z makaronem 300ml*** Bulion mięsny 200ml
* Makaron 40g
* Marchewka 15g
* Pietruszka 15g
* Seler 10g
* Koncentrat pomidorowy 20g
* Przyprawy: sól, pieprz, opcjonalnie cukier
 | **Kurczak w sosie słodko – kwaśnym 240g*** Polędwiczka drobiowa 120g
* Cebula 25g
* Papryka 10g
* Groszek 10g
* Kukurydza 10g
* Ogórek konserwowy 10g
* Bulion warzywny 40g
* Koncentrat pomidorowy 10g
* Mąka ziemniaczana 5g
* Przyprawy – sól, pieprz

**Ryż 200g** |
| **Alergeny** | Gluten, jaja, seler | Gluten |
| **CZWARTEK 9.05.2024** |
| **Posiłek** | **Zupa** | **II danie** |
| **Barszcz ukraiński** | **Makaron carbonara z boczkiem i szynką**(danie duszone) |
| **Skład surowcowy** | **Barszcz ukraiński 300ml*** Bulion warzywny 180g
* Fasola 30g
* Buraki 40g
* Marchewka 15g
* Seler 15g
* Pietruszka 15g
* Natka pietruszki 4g
* Mąka pszenna 4g
* Przyprawy: sól, pieprz, liść laurowy, majeranek
 | **Makaron carbonara z boczkiem i szynką 120g*** Szynka konserwowa 60g
* Boczek 30g
* Jajo 1 i ½ szt
* Śmietanka 15g
* Olej 7g
* Przyprawy: sól, pieprz, czosnek, bazylia

**Makaron 200g** |
| **Alergeny** | Gluten, seler | Gluten, mleko, jaja |

|  |
| --- |
| **PIĄTEK 10.05.2024** |
| **Posiłek** | **Zupa** | **II danie** |
| **Zupa kalafiorowa** | **Paluszki rybne z ziemniakami i surówką z kiszonej kapusty**(danie pieczone) |
| **Skład surowcowy** | **Zupa kalafiorowa 300ml*** Bulion 200ml
* Kalafior 40g
* Ziemniaki 15g
* Marchew 15g
* Pietruszka 15g
* Seler 15g
* Przyprawy – sól, pieprz, ziele angielskie
 | **Paluszki rybne 120g*** Filet rybny (mintaj) 90g
* Jaja 15g
* Bułka tarta 15g
* Sól, pieprz

**Ziemniaki 200g****Surówka z kiszonej kapusty 120g*** Kapusta kiszona 100g
* Marchew 20g
* Pieprz, olej, cukier - opcjonalnie
 |
| **Alergeny** | Seler | Gluten, jaja, ryby |

**SZKOŁA, PRZEDSZKOLE ŚLUBÓW**

JADŁOSPIS 13-17.05.2024

|  |
| --- |
| **PONIEDZIAŁEK 13.05.2024** |
| **Posiłek** | **Zupa** | **II danie** |
| **Zupa owocowa** | **Kurczak w przyprawie Gyros z ziemniakami i surówką z marchewki i selera**(danie pieczone) |
| **Skład surowcowy** | **Zupa owocowa 300 ml*** Makaron 40g
* Mieszanka owocowa 100g
* Woda 150ml
* Skrobia ziemniaczana 7g
* Cukier
 | **Kurczak Gyros 120g*** Filet drobiowy 120g
* Przyprawy: gyros, sól, pieprz

**Ziemniaki 200g****Surówka z marchewki i selera 120g*** Marchew 70g
* Seler 50g
* Sól, cukier
* Cytrynka, olej
 |
| **Alergeny** | Gluten, jaja | Seler |

|  |
| --- |
| **WTOREK 14.05.2024** |
| **Posiłek** | **Zupa** | **II danie** |
| **Krupnik** | **Bitki w ciemnym sosie z ziemniakami i buraczkami**(danie pieczone) |
| **Skład surowcowy** | **Krupnik 300ml*** Bulion 200ml
* Kasza jęczmienna 40g
* Marchew 20g
* Pietruszka 20g
* Seler 15g
* Przyprawy – sól, pieprz
 | **Bitki w ciemnym sosie 120g*** Schab b/k - 105g
* Cebula 15g
* Mąka 7g

**Ziemniaki 200g****Buraczki 120g*** Buraczki gotowane 120g
* Sól, cukier, cytrynka
 |
| **Alergeny** | Gluten, seler | Gluten |

|  |
| --- |
| **ŚRODA 15.05.2024** |
| **Posiłek** | **Zupa** | **II danie** |
| **Podrosołek z kaszą manną** | **Pulpety w białym sosie z makaronem i surówką z białej kapusty**(danie gotowane) |
| **Skład surowcowy** | **Podrosołek z kaszą manną 300ml*** Bulion 200 mL
* Kasza manna 40g
* Marchew 15g
* Pietruszka 15g
* Seler 15g
* Mąka 7g
* Natka pietruszki 4g
* Przyprawy – sól, pieprz
 | **Pulpety w białym sosie 120g*** Mięso mielone 80g
* Bułka pszenna 10g
* Jajo 10g
* Bulion warzywny 75g
* Mąka pszenna 20g
* Masło 5g
* Śmietanka 5g
* Przyprawy – sól, pieprz, opcjonalnie cukier

**Makaron 200g** **Surówka z białej kapusty 120g*** Kapusta biała 100g
* Marchew 20g
* Natka pietruszki 5g
* Przyprawy: sól, pieprz, cukier, cytrynka
 |
| **Alergeny** | Gluten, seler | Gluten, jaja, mleko |

|  |
| --- |
| **CZWARTEK 16.05.2024** |
| **Posiłek** | **Zupa** | **II danie** |
| **Zupa jarzynowa** | **Kotlety pożarskie z ziemniakami i surówką z kiszonego ogórka i marchewki**(danie smażone) |
| **Skład surowcowy** | **Zupa jarzynowa 300ml*** Bulion 180ml
* Fasolka szparagowa 25g
* Ziemniaki 25g
* Marchew 25g
* Pietruszka 25g
* Seler 25g
* Przyprawy: sól, pieprz
 | **Kotlety pożarskie 120g*** Mięso drobiowe 90g
* Bułka pszenna namoczona 20g
* Jaja 7g
* Sól, pieprz

**Ziemniaki 200g** **Surówka z kiszonego ogórka i marchewki 120g*** Ogórek kiszony 85g
* Marchew 25g
* Cebula 10g
 |
| **Alergeny** | Seler | Gluten, jaja, seler |

|  |
| --- |
| **PIĄTEK 17.05.2024** |
| **Posiłek** | **Zupa** | **II danie** |
| **Kapuśniak** | **Ryba w jarzynach z ziemniakami**(danie pieczone) |
| **Skład surowcowy** | **Kapuśniak 300ml*** Bulion 200ml
* Kapusta kiszona 40g
* Marchew 20g
* Pietruszka 20g
* Seler 15g
* Mąka 7g
* Przyprawy – sól, cukier, pieprz
 | **Ryba w jarzynach*** Filet rybny (mintaj) 120g
* Marchew 30g
* Por 30g
* Seler 30g
* Pulpa pomidorowa 30g
* Sól, pieprz

**Ziemniaki 200g** |
| **Alergeny** | Gluten, seler | Seler, ryby |

**SZKOŁA, PRZEDSZKOLE ŚLUBÓW**

JADŁOSPIS 20-24.05.2024

|  |
| --- |
| **PONIEDZIAŁEK 20.05.2024** |
| **Posiłek** | **Zupa** | **II danie** |
| **Zupa ogórkowa** | **Gulasz wieprzowy z warzywami i kaszą**(danie duszone) |
| **Skład surowcowy** | **Zupa ogórkowa 300ml*** Bulion warzywny 170ml
* Ziemniaki 35g
* Ogórek kiszony 30g
* Marchewka 25g
* Seler 10g
* Pietruszka 15g
* Por 15g
* Sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, czosnek
 | **Gulasz wieprzowy z warzywami 240g*** Mięso 120g
* Ogórek kiszony 25g
* Papryka 25g
* Cebula 15g
* Marchewka 10g
* Mąka 5 g
* Bulion 40g

**Kasza jęczmienna 200g** |
| **Alergeny** | Seler | Gluten |

|  |
| --- |
| **WTOREK 21.05.2024** |
| **Posiłek** | **Zupa** | **II danie** |
| **Barszcz czerwony z makaronem** | **Gzik z cebulą z ziemniakami**(danie gotowane) |
| **Skład surowcowy** | **Barszcz czerwony z makaronem 300ml*** Bulion warzywny 180g
* Buraki 70g
* Makaron 50g
* Przyprawy: sól, pieprz, liść laurowy, majeranek
 | **Gzik z cebulą 120g*** Twaróg 90g
* Cebula 15g
* Śmietanka 15g
* Przyprawy: sól, pieprz,

**Ziemniaki 200g** |
| **Alergeny** | Gluten | Mleko |
|  |  |  |  |
| **ŚRODA 22.05.2024** |
| **Posiłek** | **Zupa** | **II danie** |
| **Zupa ziemniaczana** | **Makaron z kurczakiem i szpinakiem**(danie duszone) |
| **Skład surowcowy** | **Zupa ziemniaczana 300ml*** Bulion 180 ml
* Ziemniaki 50g
* Marchew 25g
* Seler 20g
* Pietruszka 25g
* Przyprawy: sól, pieprz, majeranek
 | **Makaron z kurczakiem i szpinakiem*** Makaron 200g
* Kurczak 120g
* Szpinak 85g
* Cebula 25g
* Śmietana 25g
* Masło 5g
* Przyprawy: sól, pieprz, czosnek
 |
| **Alergeny** | Seler | Gluten, mleko |

|  |
| --- |
| **CZWARTEK 23.05.2024** |
| **Posiłek** | **Zupa** | **II danie** |
| **Zupa pomidorowa z ryżem** | **Kotlet mielony z ziemniakami i buraczkami**(danie duszone) |
| **Skład surowcowy** | **Zupa pomidorowa z ryżem 300ml*** Bulion mięsny 200ml
* Ryż 40g
* Marchewka 15g
* Pietruszka 15g
* Seler 10g
* Koncentrat pomidorowy 20g
* Przyprawy: sól, pieprz, opcjonalnie cukier
 | **Kotlet mielony 120g*** Mięso wieprzowe mielone 90g
* Cebula 7 g
* Bułka pszenna 15g
* Jajo 15g

**Ziemniaki 200g****Buraczki 120g*** Buraczki gotowane 120g
* Sól, cukier, cytrynka
 |
| **Alergeny** | Seler | Gluten, seler |

|  |
| --- |
| **PIĄTEK 24.05.2024** |
| **Posiłek** | **Zupa** | **II danie** |
| **Zupa kalafiorowa** | **Paluszki rybne z ziemniakami i surówką z kiszonego ogórka**(danie pieczone) |
| **Skład surowcowy** | **Zupa kalafiorowa 300ml*** Bulion 200ml
* Kalafior 40g
* Ziemniaki 15g
* Marchew 15g
* Pietruszka 15g
* Seler 15g
* Przyprawy – sól, pieprz, ziele angielskie
 | **Paluszki rybne 120g*** Filet rybny (mintaj) 90g
* Jaja 15g
* Bułka tarta 15g
* Sól, pieprz

**Ziemniaki 200g****Surówka z kiszonego ogórka i marchewki 120g*** Ogórek kiszony 85g
* Marchew 25g
* Cebula 10g
 |
| **Alergeny** | Seler | Gluten, jaja, ryby |

**SZKOŁA, PRZEDSZKOLE ŚLUBÓW**

JADŁOSPIS 27-31.05.2024

|  |
| --- |
| **PONIEDZIAŁEK 27.05.2024** |
| **Posiłek** | **Zupa** | **II danie** |
| **Krupnik** | **Jajko w sosie koperkowym z ziemniakamii gotowaną marchewką**(danie gotowane) |
| **Skład surowcowy** | **Krupnik 300ml*** Bulion 200ml
* Kasza jęczmienna 40g
* Marchew 20g
* Pietruszka 20g
* Seler 15g
* Przyprawy – sól, pieprz
 | **Jajko w sosie koperkowym****Jajko 120g (2 szt.)****Sos koperkowy*** Koperek 5g
* Bulion 60g
* Śmietanka 20g
* Mąka 5g
* Przyprawy: sól, pieprz, czosnek

**Ziemniaki 200g****Gotowana marchewka 120g** |
| **Alergeny** | Gluten, seler | Gluten, mleko, jaja |

|  |
| --- |
| **WTOREK 28.05.2024** |
| **Posiłek** | **Zupa** | **II danie** |
| **Barszcz ukraiński** | **Polędwiczka panierowana z ziemniakami i surówką z białej kapusty**(danie pieczone) |
| **Skład surowcowy** | **Barszcz ukraiński 300ml*** Bulion warzywny 180g
* Fasola 30g
* Buraki 40g
* Marchewka 15g
* Seler 15g
* Pietruszka 15g
* Natka pietruszki 4g
* Mąka pszenna 4g
* Przyprawy: sól, pieprz, liść laurowy, majeranek
 | **Polędwiczka panierowana 120g*** Polędwiczka drobiowa 90g
* Jajo 15g
* Bułka tarta 30g
* Sól, pieprz

**Ziemniaki 200g** **Surówka z białej kapusty 120g*** Kapusta biała 100g
* Marchew 20g
* Natka pietruszki 5g
* Przyprawy: sól, pieprz, cukier, cytrynka
 |
| **Alergeny** | Gluten, seler | Gluten, jaja |

|  |
| --- |
| **ŚRODA 29.05.2024** |
| **Posiłek** | **Zupa** | **II danie** |
| **Zupa ogórkowa** | **Makaron z sosem bolognese**(danie duszone) |
| **Skład surowcowy** | **Zupa ogórkowa 300ml*** Bulion warzywny 170ml
* Ziemniaki 35g
* Ogórek kiszony 30g
* Marchewka 25g
* Seler 10g
* Pietruszka 15g
* Por 15g
* Sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, czosnek
 | **Makaron z sosem bolognese****Makaron 200g****Sos bolognese 240g*** Mięso mielone 120g
* Cebula 20g
* Koncentrat pomidorowy 25g
* Bulion warzywny 75ml
* Przyprawy: sól, pieprz, bazylia, oregano.
 |
| **Alergeny** | Seler | Gluten, jaja |

|  |
| --- |
| **CZWARTEK 30.05.2024** |
| **Posiłek** | **Zupa** | **II danie** |
| **Rosół z makaronem** | **Schab w ciemnym sosie z kopytkami i buraczkami**(danie pieczone) |
| **Skład surowcowy** | **Rosół z makaronem 300ml*** Bulion mięsny 180ml
* Makaron 50g
* Marchew 25g
* Pietruszka 25g
* Seler 20g
* Przyprawy – sól, pieprz
 | **Schab w ciemnym sosie 120g*** Schab b/k - 105g
* Cebula 15g
* Mąka 7g

**Kopytka 200g****Buraczki 120g*** Buraczki gotowane 120g
* Sól, cukier, cytrynka
 |
| **Alergeny** | Gluten, jaja, seler | Gluten, mleko, jaja |

|  |
| --- |
| **PIĄTEK 31.05.2024** |
| **Posiłek** | **Zupa** | **II danie** |
| **Zupa koperkowa** | **Ryba panierowana z ziemniakami i surówką wiosenną** (danie pieczone) |
| **Skład surowcowy** | **Zupa koperkowa 300ml*** Bulion 200ml
* Ziemniaki 30g
* Koperek 15g
* Marchew 20g
* Pietruszka 20g
* Seler 15g
* Przyprawy – sól, pieprz
 | **Ryba panierowana 120g*** Filet rybny (mintaj) 90g
* Jaja 15g
* Bułka tarta 15g
* Sól, pieprz

**Ziemniaki 200g****Surówka wiosenna 120g*** Kapusta biała 60g
* Marchew 20g
* Ogórek 12g
* Pomidor 12g
* Papryka 12g
* Oliwa z oliwek 5g
* Przyprawy: sól cukier, olej, cytrynka
 |
| **Alergeny** | Seler | Gluten, jaja, ryby |

**Jadłospis może ulec zmianie**

|  |  |
| --- | --- |
| **Sporządził** | **Zatwierdził** |
| Anna Zawieja-Cugier | Łukasz Zawidzki |