**SZKOŁA I PRZEDSZKOLE W ŚLUBOWIE**

JADŁOSPIS 2-5.04.2024

|  |
| --- |
| **WTOREK 02.04.2024** |
| **Posiłek** | **Zupa** | **II danie** |
| **Zupa koperkowa** | **Gołąbki odwrócone z ziemniakami i gotowanymi warzywami**(danie pieczone) |
| **Skład surowcowy** | **Zupa koperkowa 300ml*** Bulion 200ml
* Ziemniaki 30g
* Koperek 15g
* Marchew 20g
* Pietruszka 20g
* Seler 15g
* Przyprawy – sól, pieprz
 | **Gołąbki odwrócone 120g*** Mięso 60g
* Ryż 45g
* Jajo 15g
* Sól, pieprz, majeranek
* Kapusta biała 15g
* Mąka 10g
* Koncentrat pomidorowy 15g

**Ziemniaki 200g****Gotowane warzywa 120g*** Marchew 40g
* Kalafior 40g
* Brokuł 40g
 |
| **Alergeny** | Seler | Gluten, jaja |

|  |
| --- |
| **ŚRODA 03.04.2024** |
| **Posiłek** | **Zupa** | **II danie** |
| **Rosół z ryżem** | **Kotlet Kargul z ziemniakami i surówką z białej kapusty**(danie pieczone) |
| **Skład surowcowy** | **Rosół z ryżem 300ml*** Bulion mięsny 180ml
* Ryż 50g
* Marchew 25g
* Pietruszka 25g
* Seler 20g
* Przyprawy – sól, pieprz
 | **Kotlet Kargul 120g*** Filet z kurczaka 75g
* Jaja 15g
* Papryka 15g
* Mąka 15g
* Sól, pieprz

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

|  |
| --- |
| **CZWARTEK 04.04.2024** |
| **Posiłek** | **Zupa** | **II danie** |
| **Zupa ziemniaczana** | **Makaron carbonara z boczkiem i szynką**(danie duszone) |
| **Skład surowcowy** | **Zupa ziemniaczana 300ml*** Bulion 180 ml
* Ziemniaki 50g
* Marchew 25g
* Seler 20g
* Pietruszka 25g
* Przyprawy: sól, pieprz, 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** | Seler | Gluten, mleko, jaja |
| **PIĄTEK 05.04.2024** |
| **Posiłek** | **Zupa** | **II danie** |
| **Zupa pomidorowa z ryżem** | **Ryba panierowana z ziemniakami i surówką z kiszonego ogórka**(danie pieczone) |
| **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
 | **Ryba panierowana 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 I PRZEDSZKOLE W ŚLUBOWIE**

JADŁOSPIS 8-12.04.2024

|  |
| --- |
| **PONIEDZIAŁEK 8.04.2024** |
| **Posiłek** | **Zupa** | **II danie** |
| **Zupa owocowa** | **Strogonow drobiowy z warzywami i ryżem**(danie duszone) |
| **Skład surowcowy** | **Zupa owocowa 300 ml*** Makaron 40g
* Mieszanka owocowa 100g
* Woda 150ml
* Skrobia ziemniaczana 7g
* Cukier
 | **Strogonow drobiowy z warzywami 270g*** Filet z piersi kurczaka 120g
* Ogórek konserwowy, papryka, pieczarki 150g
* Mąka pszenna 5g
* Przyprawy: sól, pieprz, czosnek, papryka słodka, ziele angielskie, liść laurowy

**Ryż 200g** |
| **Alergeny** | Gluten, jaja |  |

|  |
| --- |
| **WTOREK 9.04.2024** |
| **Posiłek** | **Zupa** | **II danie** |
| **Barszcz ukraiński** | **Kotlety z jaj z ziemniakami i surówką z marchewki i selera**(danie smażone) |
| **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
 | **Kotlety z jaj 120g*** Jaja 1 i ½ szt.
* Cebula zeszklona 30g
* Bułka pszenna 15g
* Skrobia 5g
* Natka pietruszki 7g
* Bułka tarta 15g
* Sól, pieprz

**Ziemniaki 200g****Surówka z marchewki i selera 120g*** Marchew 70g
* Seler 50g
* Sól, cukier
* Cytrynka, olej
 |
| **Alergeny** | Gluten, seler | Gluten, jaja, seler |
|  |  |  |  |
| **ŚRODA 10.04.2024** |
| **Posiłek** | **Zupa** | **II danie** |
| **Krupnik** | **Racuchy z cukrem**(danie pieczone) |
| **Skład surowcowy** | **Krupnik 300ml*** Bulion 200ml
* Kasza jęczmienna 40g
* Marchew 20g
* Pietruszka 20g
* Seler 15g
* Przyprawy – sól, pieprz
 | **Racuchy z cukrem 4 szt.*** Mleko 200ml
* Mąka 100g
* Jaja 2 szt.
* Sól, cukier
* Drożdże 7g
* Cukier 10g
 |
| **Alergeny** | Gluten, seler | Gluten, mleko, jaja |

|  |
| --- |
| **CZWARTEK 11.04.2024** |
| **Posiłek** | **Zupa** | **II danie** |
| **Rosół z makaronem** | **Bitki 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
 | **Bitki 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 12.04.2024** |
| **Posiłek** | **Zupa** | **II danie** |
| **Zupa ogórkowa** | **Paluszki rybne z ziemniakami i gotowaną marchewką**(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
 | **Paluszki rybne 120g*** Filet rybny (mintaj) 90g
* Jaja 15g
* Bułka tarta 15g
* Sól, pieprz

**Ziemniaki 200g****Gotowana marchewka 120g** |
| **Alergeny** | Seler | Gluten, jaja, ryby |

**SZKOŁA I PRZEDSZKOLE W ŚLUBOWIE**

JADŁOSPIS 15-19.04.2024

|  |
| --- |
| **PONIEDZIAŁEK 15.04.2024** |
| **Posiłek** | **Zupa** | **II danie** |
| **Zupa jarzynowa** | **Kotlet schabowy z ziemniakami i surówką z czerwonej kapusty**(danie smażone) |
| **Skład surowcowy** | **Zupa jarzynowa 300ml*** Bulion 180ml
* Fasolka szparagowa 25g
* Ziemniaki 25g
* Marchew 25g
* Pietruszka 25g
* Seler 25g
* Przyprawy: sól, pieprz
 | **Kotlet schabowy 120g*** Schab b/k 90g
* Bułka tarta 15g
* Jaja 15g
* Przyprawy: sól, pieprz

**Ziemniaki 200g****Surówka z czerwonej kapusty 120g*** Czerwona kapusta 80g
* Marchewka 30g
* Majonez 10g
* Przyprawy: sól, pieprz
 |
| **Alergeny** | Seler | Gluten, jaja |

|  |
| --- |
| **WTOREK 16.04.2024** |
| **Posiłek** | **Zupa** | **II danie** |
| **Kapuśniak** | **Naleśniki z dżemem**(danie smażone) |
| **Skład surowcowy** | **Kapuśniak 300ml*** Bulion 200ml
* Kapusta kiszona 40g
* Marchew 20g
* Pietruszka 20g
* Seler 15g
* Mąka 7g
* Przyprawy – sól, cukier, pieprz
 | **Naleśniki 4 szt.*** Mleko 200 ml
* Woda 100ml
* Jaja 2 szt.
* Mąka 100g
* Sól, cukier - opcjonalnie
* Dżem owocowy 80g
 |
| **Alergeny** | Gluten, seler | Gluten, mleko, jaja |

|  |
| --- |
| **ŚRODA 17.04.2024** |
| **Posiłek** | **Zupa** | **II danie** |
| **Barszcz czerwony z makaronem** | **Pulpety w sosie pomidorowym z makaronem i surówką wiosenną**(danie gotowane) |
| **Skład surowcowy** | **Barszcz czerwony z makaronem 300ml*** Bulion warzywny 180g
* Buraki 70g
* Makaron 50g
* Przyprawy: sól, pieprz, liść laurowy, majeranek
 | **Pulpety w sosie pomidorowym 120g*** Mięso mielone 90g
* Cebula 7g
* Bułka pszenna 15g
* Jajo 15g
* Bulion warzywny 75g
* Koncentrat pomidorowy 15g
* Sól, pieprz,

**Makaron 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** | Gluten | Gluten, mleko, jaja |
| **CZWARTEK 18.04.2024** |
| **Posiłek** | **Zupa** | **II danie** |
| **Zupa pomidorowa z ryżem** | **Jajko w sosie koperkowym z ziemniakamii surówką z marchewki i selera**(danie gotowane) |
| **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
 | **Jajko w sosie koperkowym****Jajko 120g (2 szt.)****Sos koperkowy*** Koperek 5g
* Bulion 60g
* Śmietanka 20g
* Mąka 5g
* Przyprawy: sól, pieprz, czosnek

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

|  |
| --- |
| **PIĄTEK 19.04.2024** |
| **Posiłek** | **Zupa** | **II danie** |
| **Zupa kalafiorowa** | **Ryba panierowana w jarzynach z ziemniakami**(danie pieczone) |
| **Skład surowcowy** | **Zupa kalafiorowa 300ml*** Bulion 200ml
* Kalafior 40g
* Ziemniaki 15g
* Marchew 15g
* Pietruszka 15g
* Seler 15g
* Przyprawy – sól, pieprz, ziele angielskie
 | **Ryba panierowana w jarzynach*** Filet rybny (mintaj) 120g
* Marchew 30g
* Por 30g
* Seler 30g
* Pulpa pomidorowa 30g
* Sól, pieprz

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

**SZKOŁA I PRZEDSZKOLE W ŚLUBOWIE**

JADŁOSPIS 22-26.04.2024

|  |
| --- |
| **PONIEDZIAŁEK 22.04.2024** |
| **Posiłek** | **Zupa** | **II danie** |
| **Zupa koperkowa** | **Łazanki z kurczakiem i kiszoną kapustą**(danie duszone) |
| **Skład surowcowy** | **Zupa koperkowa 300ml*** Bulion 200ml
* Ziemniaki 30g
* Koperek 15g
* Marchew 20g
* Pietruszka 20g
* Seler 15g
* Przyprawy – sól, pieprz
 | **Łazanki z kurczakiem i kiszoną kapustą*** Makaron łazanki 200g
* Kurczak 120g
* Cebula 30g
* Olej 15g
* Kapusta kiszona 120g
 |
| **Alergeny** | Seler | Gluten, jaja |

|  |
| --- |
| **WTOREK 23.04.2024** |
| **Posiłek** | **Zupa** | **II danie** |
| **Podrosołek z kaszą manną** | **Kotlety pożarskie z ziemniakami i surówką z czerwonej kapusty**(danie smażone) |
| **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
 | **Kotlety pożarskie 120g*** Mięso drobiowe 90g
* Bułka pszenna namoczona 20g
* Jaja 7g
* Sól, pieprz

**Ziemniaki 200g****Surówka z kapusty 120g:*** Kapusta biała 90g
* Marchew 20g
* Kukurydza 7g
* Przyprawy sól cukier, pieprz
* Majonez 7g
 |
| **Alergeny** | Gluten, seler | Gluten, jaja |
|  |  |  |  |
| **ŚRODA 24.04.2024** |
| **Posiłek** | **Zupa** | **II danie** |
| **Zupa ogórkowa** | **Kasza manna na mleku z musem jabłkowym**(danie gotowane) |
| **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
 | **Kasza manna na mleku z musem jabłkowym*** Kasza manna na mleku 400ml
* Mus jabłkowy 50g
 |
| **Alergeny** | Seler | Gluten, mleko |

|  |
| --- |
| **CZWARTEK 25.04.2024** |
| **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 |

|  |
| --- |
| **PIĄTEK 26.04.2024** |
| **Posiłek** | **Zupa** | **II danie** |
| **Krupnik** | **Paluszki rybne z ziemniakami i surówką z białej kapusty**(danie pieczone) |
| **Skład surowcowy** | **Krupnik 300ml*** Bulion 200ml
* Kasza jęczmienna 40g
* Marchew 20g
* Pietruszka 20g
* Seler 15g
* Przyprawy – sól, pieprz
 | **Paluszki rybne 120g*** Filet rybny (mintaj) 90g
* Jaja 15g
* Bułka tarta 15g
* 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, ryby |

**SZKOŁA I PRZEDSZKOLE W ŚLUBOWIE**

JADŁOSPIS 29-30.04.2024

|  |
| --- |
| **PONIEDZIAŁEK 29.04.2024** |
| **Posiłek** | **Zupa** | **II danie** |
| **Barszcz ukraiński** | **Gulasz wieprzowy z kaszą i surówką z kiszonego ogórka**(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
 | **Gulasz wieprzowy 120g*** Mięso 90g
* Cebula 25g
* Bulion 35g
* Koncentrat pomidorowy 5g
* Olej 5g
* Przyprawy: sól, pieprz, czosnek

**Surówka z kiszonego ogórka i marchewki 120g*** Ogórek kiszony 85g
* Marchew 25g
* Cebula 10g

**Kasza jęczmienna 200g** |
| **Alergeny** | Gluten, seler | Gluten, seler |

|  |
| --- |
| **WTOREK 30.04.2024** |
| **Posiłek** | **Zupa** | **II danie** |
| **Zupa pomidorowa z makaronem** | **Gzik z cebulą z ziemniakami**(danie gotowane) |
| **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
 | **Gzik z cebulą 120g*** Twaróg 90g
* Cebula 15g
* Śmietanka 15g
* Przyprawy: sól, pieprz,

**Ziemniaki 200g** |
| **Alergeny** | Seler | Mleko |

**Jadłospis może ulec zmianie**

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