

J A D Ł O S P I S

PONIEDZIAŁEK 16.12.2019

ALERGENY

ZUPA: Z fasoli szparagowej i ciecierzycy z kaszą manną (250g)
składniki: (wywar drobiowy, fasola szparagowa, marchew, **seler**, por, pietruszka korzeń i natka, kasza manna, ciecierzycy, przyprawy)

II DANIE: Ziemniaki puree z koperkiem (230g)
Gołąbek w sosie pomidorowym (250g)
Kompot wieloowocowy (200ml)
Winogrona bezpestkowe (100g) 1,6,7,9
(ziemniaki, **mleko**, **masło**, koperek, kapusta biała, ryż biały, cebula, mięso wieprzowe, olej kujawski, **śmietana** słodka 12% tł., mieszanka owocowa, miód pszczeli wielokwiatowy, winogrona jasne, przyprawy)

WTOREK 17.12.2019

ZUPA: Cebulowa z ziemniakami na śmietanie (250g)
(cebula, czosnek, marchew, **seler**, por, pietruszka, ziemniaki, **śmietana** kwaśna 12%tł., **masło**, przyprawy)

II DANIE: Kasza bulgur gotowana (180g)
Filet z indyka duszony w sosie własnym (180g)
Surówka z sałaty lodowej z ogórkiem i rzodkiewką (120g)
Kompot wiśniowy (200ml)
Mus owocowo – warzywny (100g) 1,6,7,9,10
(kasza bulgur z **pszenicy** durum, filet z indyka, **masło** extra, olej kujawski, mąka **orkiszowa**, mąka ziemniaczana, sałata lodowa, ogórek zielony, rzodkiewka, kukurydza, oliwa z oliwek, musztarda (w składzie **gorczyca**), wiśnie, miód, mus warzywno-owocowy Kubuś, przyprawy)

ŚRODA 18.12.2019

ZUPA: Jarzynowa z ziemniakami (250g)
(wywar mięsny, marchew, **seler**, por, pietruszka, kalafior, brokuł, groszek zielony, ziemniaki, przyprawy)

II DANIE: Racuchy z jabłkiem (280g)
Koktail z bananów i truskawek (200ml) 1,3,6,7,9
(mąka **orkiszowa**, mąka kukurydziana, **jajko**, **mleko**, cukier trzcinowy, cukier waniliowy, jabłko, olej kujawski, **maślanka** naturalna, truskawki, banany, przyprawy)

CZWARTEK 19.12.2019

ZUPA: Rosół z makaronem i z zieloną pietruszką (250g)
(kurczak świeży, szponder wołowy, marchew, pietruszka korzeń i natka, **seler**, por, cebula, makaron **pszenny czterojajeczny**, przyprawy)

II DANIE: Ziemniaki puree (200g)
Bigos z kapusty białej i kiszonej (250g)
Sok wieloowocowy 100% (200ml) 1,3,6,7,9
(ziemniaki, **mleko**, **masło**, kapusta biała i kiszona, łopata wieprzowa, boczek wędzony, kiełbasa śląska, pieczarki, cebula, koncentrat pomidorowy, olej kujawski, sok owocowy, „Tymbark”, przyprawy)

PIĄTEK 20.12.2019

ZUPA: Koperkowa z ryżem (250g)
(wywar drobiowy, buraki czerwone, marchew, **seler**, por, pietruszka, **makaron** muszelki, czosnek, **śmietana** słodka 12%, przyprawy)

II DANIE: Ziemniaki puree (230g)
Klops rybny z mintaja smażony (100g)
Surówka z białej rzodkwi i marchewki (120g)
Sok pomarańczowy (200ml) 1,3,4,6,7,9,10
(ziemniaki, **mleko** 2%, **masło**, filet **rybny** z mintaja, **jajko**, bułka **pszenna**, cebula, olej kujawski, rzodkiew biała, marchew, **jogurt** naturalny 2% tł., majonez (w składzie **jaja** i musztarda z **gorczycą**), cukier trzcinowy, sok pomarańczowy, przyprawy)

Szczegółowy wykaz alergenów, wartości odżywczych oraz poszczególnych przypraw jest do wglądu u intendenta szkoły.