



Sekret Smaku
SPÓŁDZIELNIA SOCJALNA

JADŁOSPIS

Dzieci od 6 do 10 lat

od dnia 02.01.2024r. - do dnia 05.01.2024r.

Dni tygodnia

Obiad dwudaniowy

Poniedziałek

1.01

Szczęśliwego Nowego Roku 2024!

Wtorek

2.01

Zupa pomidorowa z ryżem (300 ml) -(porcja rosółowa z kurczaka, woda, pieprz, sól, marchew, pietruszka, por, koncentrat pomidorowy, **śmietana 15%**, koper, ryż)
Makaron z serem (150g) (makaron kokardki – mąka **pszenna**, mąka z **pszenicy durum 100%**, **jaja**, woda, sól, **twaróg półtłusty**, cukier, **masło klarowane**)
woda mineralna (200 ml)

Energia: [639]

Środa

3.01

Rosół z makaronem (300 ml), kurczak, porcja rosółowa z kaczki, woda, marchew, pietruszka, **seler**, pieprz, sól, lubczyk, natka pietruszki, por, makaron - mąka **pszenna**, mąka z **pszenicy durum 100%**, woda, **jaja**)
Schab (100g) w sosie własnym (schab, sól, pieprz, olej, mąka **pszenna**), **ziemniaki (120 g)**, (ziemniaki, **masło klarowane**, sól),
buraczki z chrzanem (90 g) (buraki czerwone, chrzan, sól, cukier, sok z cytryny)
woda mineralna (200 ml)

Energia: [775]

Czwartek

4.01

Zupa grysikowa (300 ml), (kurczak, porcja z kaczki, woda, marchew, pietruszka, **seler**, pieprz, sól, lubczyk, natka pietruszki, por, woda, kasza manna)
Kotlet drobiowy (100 g) (filet drobiowy, przyprawa do drobiu, pieprz, sól, papryka, **jaja**, bułka tarta **pszenna**, olej rzepakowy), **ziemniaki (120 g)**, (ziemniaki, **masło klarowane**, sól),
Surówka z kapusty pekińskiej (90 g) (kapusta pekińska, sól, pieprz, sos włoski, oliwa)
woda mineralna (200 ml)

Energia: [737]

Piątek

5.01

Zupa ziemniaczana zasmażana(300 ml), (porcja rosółowa z kurczaka, marchew, pietruszka, por, majeranek, sól, pieprz, ziemniaki, bazylija, mąka **pszenna**)
Makaron z musem truskawkowym (200 g) (makaron kokardka – mąka **pszenna**, **jaja**, woda, sól, **masło klarowane**), **truskawki** – truskawka mrożona, cukier)

woda mineralna (200 ml)

Energia: [653]

Jadłospis może ulec niewielkim zmianom

Życzymy smacznego!!!



Sekret Smaku

SPÓŁDZIELNIA SOCJALNA

JADŁOSPIS

Dzieci od 6 do 10 lat

od dnia 8.01.2024r. - do dnia 12.01.2024r.

Dni tygodnia	Obiad dwudaniowy
Poniedziałek 8.01	Zupa koperkowa z ryżem (300 ml), - (kurczak, woda, marchew, pietruszka, seler , pieprz, sól, lubczyk, natka pietruszki, por, śmietana 15% , woda, ryż) Leczo (150g) (cukinia, papryka czerwona, pomidor,, marchew, cebula, koncentrat pomidorowy, kiełbasa - kiełbasa toruńska – mięso wieprzowe, woda, mięso wołowe 9%, skrobia, sól, błonnik sojowy , przyprawy, gorczyca , boczek – mięso wieprzowe, woda) Energia: [689]
Wtorek 9.01	Krupnik (300 ml) (porcja rosółowa z kurczaka, woda, ziemniaki, pieprz, sól, marchew, pietruszka, por, kasza wiejska, pietruszka zielona, śmietana 15% ,) Kotlet mielony (100 g) (mięso mielone z szynki, czosnek, pieprz, sól, przyprawa do mięsa wieprzowego, jaja , mąka pszenna , chleb pszenny , cebula), ziemniaki (120 g) ,(ziemniaki, masło klarowane , sól), kapusta biała zasmażana(90 g) (kapusta biała, marchew, cebula, kminek, pieprz, sól, boczek wędzony, smalec, mąka pszenna) woda mineralna (200 ml) Energia: [762]
Środa 10.01	Zupa brokułowa z grzankami (300 ml) -(porcja rosółowa z kurczaka, seler , pietruszka, brokuły, ziemniaki, sól, pieprz, grzanki – chleb: mąka pszenna typ 750, mąka żytnia typ 720, mąka pszenna typ 500, sól, drożdże, mąka ziemniaczane, kwas naturalny) Spaghetti z sosem mięsno – warzywnym (150 g) (makaron spaghetti – mąka pszenna, mąka z pszenicy durum 100%, mięso mielone z szynki wieprzowej, cebula, papryka czerwona, czosnek, bazylija, oregano, koncentrat pomidorowy, sól, pieprz, woda) woda mineralna (200 ml) Energia: [777]
Czwartek 11.01	Zupa rosół z makaronem (300 ml) , kurczak, porcja rosółowa z kaczki, woda, marchew, pietruszka, seler , pieprz, sól, lubczyk, natka pietruszki, por, makaron - mąka pszenna , mąka z pszenicy durum 100% , woda, jaja) Filet drobiowy w sosie pieczarkowym (100 g) (filet drobiowy, przyprawa do drobiu, pieprz, sól, papryka, pieczarki, mąka pszenna , olej rzepakowy), ziemniaki (120 g) ,(ziemniaki, masło klarowane , sól), salsa buraczana (90 g) (buraki, ocet balsamiczny, pietruszka zielona, cukier, cebula czerwona) woda mineralna (200 ml) Energia: [748]
Piątek 12.01	Zupa pieczarkowa z makaronem (300 ml) ((porcja rosółowa z kurczaka, pieczarki, marchew, pietruszka, por, sól, pieprz, śmietana 30% , , makaron - mąka pszenna , mąka z pszenicy durum 100% , woda, jaja) Ryba panierowana (100 g) (filet rybny z morszczuka argentyńskiego 95%, woda 5%, jajko, mąka pszenna, bułka tarta), ziemniaki (120 g) ,(ziemniaki, masło klarowane , sól), surówka z kiszonej kapusty (90g) (kiszona kapusta, marchewka, cebula, olej rzepakowy, cukier, pieprz, sól) woda mineralna (200 ml) Energia: [699]

Jadłospis może ulec niewielkim zmianom.

Życzymy smacznego!!!



Sekret Smaku

SPÓŁDZIELNIA SOCJALNA

JADŁOSPIS

Dzieci od 6 do 10 lat

od dnia 15.01.2024r. - do dnia 19.01.2024r.

<i>Dni tygodnia</i>	<i>Obiad dwudaniowy</i>
Poniedziałek 15.01	Krupnik zabieleny z ziemniakami (300 ml) (porcja rosółowa z kurczaka, woda, ziemniaki, pieprz, sól, marchew, pietruszka, por, kasza wiejska, pietruszka zielona, śmietana 15% ,) Łazanki z kapustą, kiełbasą i boczkiem (150 g) (kapusta młoda, olej kujawski , kiełbasa toruńska – mięso wieprzowe, woda, mięso wołowe 9%, skrobia, sól, błonnik sojowy , przyprawy, gorczyca , makaron łazanka – mąka pszenna , jaja , woda) woda mineralna (200 ml) Energia: [674]
Wtorek 16.01	Barszcz czerwony z groszkiem ptysiowym (300 ml) - (porcja rosółowa z kurczaka, pieczarki, marchew, pietruszka, por, sól, pieprz, groszek ptysiowy - mąka pszenna , woda, jaja , olej roślinny, sól,) Gulasz wieprzowy (100 ml) (karczek, cebula, bazylia, liść laurowy, ziele angielskie, mąka pszenna , woda, olej rzepakowy), kasza wiejska (120 g) (kasza wiejska, woda, sól) sałatka szwedzka (90g) (ogórki, woda, ocet spirytusowy, cukier, sól przyprawy) woda mineralna (200 ml) Energia: [769]
Środa 17.01	Zupa rosół z makaronem (300 ml) , kurczak, porcja rosółowa z kaczką, woda, marchew, pietruszka, seler , pieprz, sól, lubczyk, natka pietruszki, por, makaron - mąka pszenna , mąka z pszenicy durum 100% , woda, jaja) Podudzie z kurczaka (100 g) (podudzie z kurczaka, sól, pieprz, przyprawa do drobiu, papryka), ziemniaki (120 g), (ziemniaki, masło klarowane , sól), surówka marchewka z jabłkiem (90g) (marchew, jabłko, cytryna, cukier) woda mineralna (200 ml) Energia: [712]
Czwartek 18.01	Zupa jarzynowa z ziemniakami (300 ml) -(porcja rosółowa z kurczaka, marchew, fasolka, seler , pietruszka, por, ziemniaki, sól, pieprz, śmietana 15%) Gołąbki w sosie pomidorowym (150 g) (mięso mielone z szynki, cebula, pieprz, sól, przyprawa do mięsa wieprzowego, kapusta, mąka pszenna , koncentrat pomidorowy) woda mineralna (200 ml) Energia: [799]
Piątek 19.01	Pupa pomidorowa z makaronem (300 ml) porcja rosółowa z kurczaka, woda, pieprz, sól, marchew, pietruszka, por, koncentrat pomidorowy, śmietana 15% , koper, makaron- mąka z pszenicy durum 100% , jaja kurze , woda) Jajko sadzone (100 g) (jaja kurze, masło klarowane, sól,) ziemniaki (120 g) (ziemniaki, koper, masło klarowane , sól) fasolka szparagowa (90 g) (szparaga, masło klarowane 82%, bułka tarta) woda mineralna (200 ml) Energia: [690]

Jadłospis może ulec niewielkim zmianom.

Życzymy smacznego!!!



<i>Dni tygodnia</i>	<i>Obiad dwudaniowy</i>
Poniedziałek 22.01	Zupa rosolnik (300 ml) , (porcja rosółowa z kurczaka, woda, marchew, pietruszka, por, seler, lubczyk, cebula, pietruszka zielona, pieprz, sól) Fasolka po bretońsku (150g) (groch jasiak, marchew, cebula, koncentrat pomidorowy, mięso wieprzowe z łopatki, kiełbasa - kiełbasa toruńska – mięso wieprzowe, woda, mięso wołowe 9%, skrobia, sól, błonnik sojowy , przyprawy, gorczyca , boczek – mięso wieprzowe, woda) Bułka zwykła (mąka pszenna typ 650, woda, drożdże, sól, cukier) woda mineralna (200 ml) Energia: [705]
Wtorek 23.01	Rosół z makaronem (300 ml) , kurczak, porcja rosółowa z kaczki, woda, marchew, pietruszka, seler, pieprz, sól, lubczyk, natka pietruszki, por, makaron - mąka pszenna , mąka z pszenicy durum 100% , woda, jaja) Pulpety w sosie koperkowym(100 g) (łopatka wieprzowa, cebula, bazylija, liść laurowy, ziele angielskie, mąka pszenna , bułka tarta, koperek, śmietana 15% , jaja kurze, woda, olej rzepakowy, śmietana 30 %), ziemniaki (150 g) , (ziemniaki, masło klarowane , sól), brokuł na parze (90g) (brokuł, sól, masło klarowane) woda mineralna (200 ml) Energia: [801]
Środa 24.01	Zupa grysikowa (300 ml) , (kurczak, porcja z kaczki, woda, marchew, pietruszka, seler, pieprz, sól, lubczyk, natka pietruszki, por, woda, kasza manna) woda mineralna (250 ml) Kotlet schabowy (100 g) - (schab b/k, przyprawa do mięsa, pieprz, sól, papryka, jaja , bułka tarta pszenna , olej rzepakowy), ziemniaki (120 g) , (ziemniaki, masło klarowane , sól), kapusta biała zasmażana(90 g) (kapusta biała, marchew, cebula, kminek, pieprz, sól, boczek wędzony, smalec, mąka pszenna) woda mineralna (200 ml) Energia: [789]
Czwartek 25.01	Zupa kalafiorowa z ziemniakami (300 ml) -(porcja rosółowa z kurczaka, marchew, kalafior, seler, pietruszka, por, ziemniaki, sól, pieprz, śmietana 15%) Gulasz z indyka (100g) (mięso z indyka, sól, pieprz, olej rzepakowy, mąka pszenna , śmietana), Ryż (120 g) – ryż paraboliczny, sól marchew z groszkiem (90g) (marchew, groszek zielony, sól, masło klarowane) woda mineralna (200 ml) Energia: [738]
Piątek 26.01	Barszcz ukraiński (300 ml) - (porcja rosółowa z kurczaka, burak czerwony, marchew, pietruszka, por, sól, pieprz, cebula, ziemniaki, sól) Knedle z truskawkami (200g) (ziemniaki, mąka pszenna , mąka z pszenicy durum 100% , jaja , woda, sól, farsz – truskawki mrożone) woda mineralna (200 ml) Energia: [650]

<i>Dni tygodnia</i>	<i>Obiad dwudaniowy</i>
Poniedziałek 29.01	Zupa koperkowa z ryżem (300 ml) , - (kurczak, woda, marchew, pietruszka, seler , pieprz, sól, lubczyk, natka pietruszki, por, śmietana 15% , woda, ryż) Bigos (150g) (kapusta kiszona, marchew, cebula, mięso wieprzowe z łopatki, kiełbasa - kiełbasa toruńska – mięso wieprzowe, woda, mięso wołowe 9%, skrobia, sól, błonnik sojowy , przyprawy, gorczyca , boczek – mięso wieprzowe 85%, woda, tłuszcz wieprzowy 6%, sól, białko sojowe , błonnik pszenny , koncentrat pomidorowy, sól, pieprz, papryka słodka, kminek,) woda mineralna (200 ml)
	Energia: [746]
Wtorek 30.01	Zupa rosół z makaronem (300 ml) , kurczak, porcja rosółowa z kaczki, woda, marchew, pietruszka, seler , pieprz, sól, lubczyk, natka pietruszki, por, makaron - mąka pszenna , mąka z pszenicy durum 100% , woda, jaja) Rumsztyki z cebulą (100 g) (mięso mielone z szynki, czosnek, pieprz, sól, przyprawa do mięsa wieprzowego, jaja , mąka pszenna , chleb pszenny , cebula) ziemniaki (120 g) (ziemniaki, masło klarowane , sól), surówka colesław (90g) (kapusta biała, marchew, cebula, koper, sól, pieprz) woda mineralna (200 ml)
	Energia: [773]
Środa 31.01	Krupnik (300 ml) (porcja rosółowa z kurczaka, woda, ziemniaki, pieprz, sól, marchew, pietruszka, por, kasza wiejska, pietruszka zielona,) Makaron penne z kurczakiem brokułem i pieczarkami w sosie śmietanowym (150 g) (filet z kurczaka, brokuł, pieczarki, mąka pszenna, śmietana 30 %, mąka pszenna, mąka z pszenicy durum 100%, jaja, woda, sól) woda mineralna (200 ml)
	Energia: [806]
Czwartek 01.02	Zupa ogórkowa z ziemniakami (300 g) (porcja rosółowa z kurczaka, marchew, pietruszka, por, seler , ogórek kiszony, cebula, pietruszka zielona, pieprz, woda, sól, śmietana 15% , ziemniaki) Ryż zapiekany z jabłkami (150g) (ryż, sól, jabłka, cukier, masło klarowane) woda mineralna (200 ml)
	Energia: [650]
Piątek 02.02	Zupa krem pieczarkowy z grzankami (300 ml) (porcja rosółowa z kurczaka, pieczarki, marchew, pietruszka, por, sól, pieprz, śmietana 30% , grzanki – chleb: mąka pszenna typ 750, mąka żytnia typ 720) Ryba panierowana (100 g) (filet rybny z morszczuka argentyńskiego 95%, woda 5%, jajko, mąka pszenna, bułka tarta), ziemniaki (120 g) ,(ziemniaki, masło klarowane , sól), surówka z czerwonej kapusty (90g) (kapusta czerwona, jabłko, cebula, oliwa, pieprz, cukier, cytryna, sól) woda mineralna (200 ml)
	Energia: [749]



Sekret Smaku
SPÓŁDZIELNIA SOCJALNA

JADŁOSPIS

Młodzież od 11 do 16 lat

od dnia 02.01.2024r. - do dnia 05.01.2024r.

Dni tygodnia

Obiad dwudaniowy

Poniedziałek

1.01

Szczęśliwego Nowego Roku 2024!

Wtorek

2.01

Zupa pomidorowa z ryżem (350 ml) -(porcja rosółowa z kurczaka, woda, pieprz, sól, marchew, pietruszka, por, koncentrat pomidorowy, **śmietana 15%**, koper, ryż)
Makaron z serem (200g) (makaron kokardki – mąka **pszenna**, mąka z **pszenicy durum 100%**, **jaja**, woda, sól, **twaróg półtłusty**, cukier, **masło klarowane**)
woda mineralna (250 ml)

Energia: [712]

Środa

3.01

Rosół z makaronem (350 ml), kurczak, porcja rosółowa z kaczki, woda, marchew, pietruszka, **seler**, pieprz, sól, lubczyk, natka pietruszki, por, makaron - mąka **pszenna**, mąka z **pszenicy durum 100%**, woda, **jaja**)
Schab (120g) w sosie własnym (schab, sól, pieprz, olej, mąka **pszenna**), **ziemniaki (150 g)**, (ziemniaki, **masło klarowane**, sól),
buraczki z chrzanem (120 g) (buraki czerwone, chrzan, sól, cukier, sok z cytryny)
woda mineralna (250 ml)

Energia: [804]

Czwartek

4.01

Zupa grysikowa (350 ml), (kurczak, porcja z kaczki, woda, marchew, pietruszka, **seler**, pieprz, sól, lubczyk, natka pietruszki, por, woda, kasza manna)
Kotlet drobiowy (120 g) (filet drobiowy, przyprawa do drobiu, pieprz, sól, papryka, **jaja**, bułka tarta **pszenna**, olej rzepakowy), **ziemniaki (120 g)**, (ziemniaki, **masło klarowane**, sól),
Surówka z kapusty pekińskiej (120 g) (kapusta pekińska, sól, pieprz, sos włoski, oliwa)
woda mineralna (250 ml)

Energia: [791]

Piątek

5.01

Zupa ziemniaczana zasmażana(300 ml), (porcja rosółowa z kurczaka, marchew, pietruszka, por, majeranek, sól, pieprz, ziemniaki, bazylija, mąka **pszenna**)
Makaron z musem truskawkowym (200 g) (makaron kokardka – mąka **pszenna**, **jaja**, woda, sól, **masło klarowane**), **truskawki** – truskawka mrożona, cukier)

woda mineralna (250 ml)

Energia: [672]

Jadłospis może ulec niewielkim zmianom

Życzymy smacznego!!!



Sekret Smaku

SPÓŁDZIELNIA SOCJALNA

JADŁOSPIS

Młodzież od 11 do 16 lat

od dnia 8.01.2024r. - do dnia 12.01.2024r.

Dni tygodnia	Obiad dwudaniowy
Poniedziałek 8.01	Zupa koperkowa z ryżem (350 ml) , - (kurczak, woda, marchew, pietruszka, seler , pieprz, sól, lubczyk, natka pietruszki, por, śmietana 15% , woda, ryż) Leczo (200g) (cukinia, papryka czerwona, pomidor,, marchew, cebula, koncentrat pomidorowy, kiełbasa - kiełbasa toruńska – mięso wieprzowe, woda, mięso wołowe 9%, skrobia, sól, błonnik sojowy , przyprawy, gorczyca , boczek – mięso wieprzowe, woda) Energia: [735]
Wtorek 9.01	Krupnik (350 ml) (porcja rosółowa z kurczaka, woda, ziemniaki, pieprz, sól, marchew, pietruszka, por, kasza wiejska, pietruszka zielona, śmietana 15% ,) Kotlet mielony (120 g) (mięso mielone z szynki, czosnek, pieprz, sól, przyprawa do mięsa wieprzowego, jaja , mąka pszenna , chleb pszenny , cebula), ziemniaki (150 g) ,(ziemniaki, masło klarowane , sól), kapusta biała zasmażana(120 g) (kapusta biała, marchew, cebula, kminek, pieprz, sól, boczek wędzony, smalec, mąka pszenna) woda mineralna (250 ml) Energia: [778]
Środa 10.01	Zupa brokułowa z grzankami (350 ml) -(porcja rosółowa z kurczaka, seler , pietruszka, brokuły, ziemniaki, sól, pieprz, grzanki – chleb: mąka pszenna typ 750, mąka żytnia typ 720, mąka pszenna typ 500, sól, drożdże, mąka ziemniaczane, kwas naturalny) Spaghetti z sosem mięsno – warzywnym (200 g) (makaron spaghetti – mąka pszenna, mąka z pszenicy durum 100%, mięso mielone z szynki wieprzowej, cebula, papryka czerwona, czosnek, bazylija, oregano, koncentrat pomidorowy, sól, pieprz, woda) woda mineralna (250 ml) Energia: [792]
Czwartek 11.01	Zupa rosół z makaronem (350 ml) , kurczak, porcja rosółowa z kaczki, woda, marchew, pietruszka, seler , pieprz, sól, lubczyk, natka pietruszki, por, makaron - mąka pszenna , mąka z pszenicy durum 100% , woda, jaja) Filet drobiowy w sosie pieczarkowym (120 g) (filet drobiowy, przyprawa do drobiu, pieprz, sól, papryka, pieczarki, mąka pszenna , olej rzepakowy), ziemniaki (150 g) ,(ziemniaki, masło klarowane , sól), salsa buraczana (120 g) (buraki, ocet balsamiczny, pietruszka zielona, cukier, cebula czerwona) woda mineralna (250 ml) Energia: [786]
Piątek 12.01	Zupa pieczarkowa z makaronem (350 ml) ((porcja rosółowa z kurczaka, pieczarki, marchew, pietruszka, por, sól, pieprz, śmietana 30% , , makaron - mąka pszenna , mąka z pszenicy durum 100% , woda, jaja) Ryba panierowana (120 g) (filet rybny z morszczuka argentyńskiego 95%, woda 5%, jajko, mąka pszenna, bułka tarta), ziemniaki (150 g) ,(ziemniaki, masło klarowane , sól), surówka z kiszonej kapusty (120g) (kiszona kapusta, marchewka, cebula, olej rzepakowy, cukier, pieprz, sól) woda mineralna (250 ml) Energia: [728]

Jadłospis może ulec niewielkim zmianom.

Życzymy smacznego!!!



Sekret Smaku

SPÓŁDZIELNIA SOCJALNA

JADŁOSPIS

Młodzież od 11 do 16 lat

od dnia 15.01.2024r. - do dnia 19.01.2024r.

<i>Dni tygodnia</i>	<i>Obiad dwudaniowy</i>
Poniedziałek 15.01	Krupnik zabieleny z ziemniakami (350 ml) (porcja rosółowa z kurczaka, woda, ziemniaki, pieprz, sól, marchew, pietruszka, por, kasza wiejska, pietruszka zielona, śmietana 15% ,) Łazanki z kapustą, kiełbasą i boczkiem (200 g) (kapusta młoda, olej kujawski , kiełbasa toruńska – mięso wieprzowe, woda, mięso wołowe 9%, skrobia, sól, błonnik sojowy , przyprawy, gorczyca , makaron łazanka – mąka pszenna , jaja , woda) woda mineralna (250 ml) Energia: [702]
Wtorek 16.01	Barszcz czerwony z groszkiem ptysiowym (350 ml) - (porcja rosółowa z kurczaka, pieczarki, marchew, pietruszka, por, sól, pieprz, groszek ptysiowy - mąka pszenna , woda, jaja , olej roślinny, sól,) Gulasz wieprzowy (120 ml) (karczek, cebula, bazylia, liść laurowy, ziele angielskie, mąka pszenna , woda, olej rzepakowy), kasza wiejska (150 g) (kasza wiejska, woda, sól) sałatka szwedzka (120g) (ogórki, woda, ocet spirytusowy, cukier, sól przyprawy) woda mineralna (250 ml) Energia: [808]
Środa 17.01	Zupa rosół z makaronem (350 ml) , kurczak, porcja rosółowa z kaczką, woda, marchew, pietruszka, seler , pieprz, sól, lubczyk, natka pietruszki, por, makaron - mąka pszenna , mąka z pszenicy durum 100% , woda, jaja) Podudzie z kurczaka (120 g) (podudzie z kurczaka, sól, pieprz, przyprawa do drobiu, papryka), ziemniaki (150 g), (ziemniaki, masło klarowane , sól), surówka marchewka z jabłkiem (120g) (marchew, jabłko, cytryna, cukier) woda mineralna (250 ml) Energia: [748]
Czwartek 18.01	Zupa jarzynowa z ziemniakami (350 ml) -(porcja rosółowa z kurczaka, marchew, fasolka, seler , pietruszka, por, ziemniaki, sól, pieprz, śmietana 15%) Gołąbki w sosie pomidorowym (200 g) (mięso mielone z szynki, cebula, pieprz, sól, przyprawa do mięsa wieprzowego, kapusta, mąka pszenna , koncentrat pomidorowy) woda mineralna (250 ml) Energia: [809]
Piątek 19.01	Pupa pomidorowa z makaronem (350 ml) porcja rosółowa z kurczaka, woda, pieprz, sól, marchew, pietruszka, por, koncentrat pomidorowy, śmietana 15% , koper, makaron- mąka z pszenicy durum 100% , jaja kurze , woda) Jajko sadzone (120 g) (jaja kurze, masło klarowane, sól,) ziemniaki (150 g) (ziemniaki, koper, masło klarowane , sól) fasolka szparagowa (120 g) (szparaga, masło klarowane 82%, bułka tarta) woda mineralna (250 ml) Energia: [722]

Jadłospis może ulec niewielkim zmianom.

Życzymy smacznego!!!



Sekret Smaku
SPÓŁDZIELNIA SOCJALNA

JADŁOSPIS

Młodzież od 11 do 16 lat

od dnia 22.01.2024r. - do dnia 26.01.2024r.

Dni tygodnia	Obiad dwudaniowy
Poniedziałek 22.01	Zupa rosolnik (350 ml) , (porcja rosółowa z kurczaka, woda, marchew, pietruszka, por, seler , lubczyk, cebula, pietruszka zielona, pieprz, sól) Fasolka po bretońsku (200g) (groch jasiak, marchew, cebula, koncentrat pomidorowy, mięso wieprzowe z topatki, kielbasa - kielbasa toruńska – mięso wieprzowe, woda, mięso wołowe 9%, skrobia, sól, błonnik sojowy , przyprawy, gorczyca , boczek – mięso wieprzowe, woda) Bułka zwykła (mąka pszenna typ 650, woda, drożdże, sól, cukier) woda mineralna (250 ml) Energia: [748]
Wtorek 23.01	Rosół z makaronem (350 ml) , kurczak, porcja rosółowa z kaczki, woda, marchew, pietruszka, seler , pieprz, sól, lubczyk, natka pietruszki, por, makaron - mąka pszenna , mąka z pszenicy durum 100% , woda, jaja) Pulpety w sosie koperkowym(120 g) (topatka wieprzowa, cebula, bazylija, liść laurowy, ziele angielskie, mąka pszenna , bułka tarta, koperek, śmietana 15% , jaja kurze, woda, olej rzepakowy, śmietana 30 %), ziemniaki (150 g) , (ziemniaki, masło klarowane , sól), brokuł na parze (90g) (brokuł, sól, masło klarowane) woda mineralna (250 ml) Energia: [817]
Środa 24.01	Zupa grysikowa (350 ml) , (kurczak, porcja z kaczki, woda, marchew, pietruszka, seler , pieprz, sól, lubczyk, natka pietruszki, por, woda, kasza manna) woda mineralna (250 ml) Kotlet schabowy (130 g) - (schab b/k, przyprawa do mięsa, pieprz, sól, papryka, jaja , bułka tarta pszenna , olej rzepakowy), ziemniaki (150 g) , (ziemniaki, masło klarowane , sól), kapusta biała zasmażana(90 g) (kapusta biała, marchew, cebula, kminek, pieprz, sól, boczek wędzony, smalec, mąka pszenna) woda mineralna (250 ml) Energia: [799]
Czwartek 25.01	Zupa kalafiorowa z ziemniakami (350 ml) -(porcja rosółowa z kurczaka, marchew, kalafior, seler , pietruszka, por, ziemniaki, sól, pieprz, śmietana 15%) Gulasz z indyka (150g) (mięso z indyka, sól, pieprz, olej rzepakowy, mąka pszenna , śmietana), Ryż (120 g) – ryż paraboliczny, sól marchew z groszkiem (90g) (marchew, groszek zielony, sól, masło klarowane) woda mineralna (250 ml) Energia: [778]
Piątek 26.01	Barszcz ukraiński (350 ml) - (porcja rosółowa z kurczaka, burak czerwony, marchew, pietruszka, por, sól, pieprz, cebula, ziemniaki, sól) Knedle z truskawkami (200g) (ziemniaki, mąka pszenna , mąka z pszenicy durum 100% , jaja , woda, sól, farsz – truskawki mrożone) woda mineralna (250 ml) Energia: [690]

Jadłospis może ulec niewielkim zmianom

Życzymy smacznego!!!



Sekret Smaku
SPÓŁDZIELNIA SOCJALNA

J

JADŁOSPIS

Młodzież od 11 do 16 lat

od dnia 29.01.2024r. - do dnia 02.02.2024r.

<i>Dni tygodnia</i>	<i>Obiad dwudaniowy</i>
Poniedziałek <i>29.01</i>	Zupa koperkowa z ryżem (350 ml), - (kurczak, woda, marchew, pietruszka, seler , pieprz, sól, lubczyk, natka pietruszki, por, śmietana 15% , woda, ryż) Bigos (200g) (kapusta kiszona, marchew, cebula, mięso wieprzowe z topatki, kiełbasa - kiełbasa toruńska – mięso wieprzowe, woda, mięso wołowe 9%, skrobia, sól, błonnik sojowy , przyprawy, gorczyca , boczek – mięso wieprzowe 85%, woda, tłuszcz wieprzowy 6%, sól, biało sojowe , błonnik pszenny , koncentrat pomidorowy, sól, pieprz, papryka słodka, kminek,) woda mineralna (250 ml) Energia: [777]
Wtorek <i>30.01</i>	Zupa rosół z makaronem (350 ml) , kurczak, porcja rosółowa z kaczki, woda, marchew, pietruszka, seler , pieprz, sól, lubczyk, natka pietruszki, por, makaron - mąka pszenna , mąka z pszenicy durum 100% , woda, jaja) Rumsztyki z cebulą (120 g) (mięso mielone z szynki, czosnek, pieprz, sól, przyprawa do mięsa wieprzowego, jaja , mąka pszenna , chleb pszenny , cebula) ziemniaki (150 g) (ziemniaki, masło klarowane , sól), surówka colesław (120g) (kapusta biała, marchew, cebula, koper, sól, pieprz) woda mineralna (250 ml) Energia: [802]
Środa <i>31.01</i>	Krupnik (350 ml) (porcja rosółowa z kurczaka, woda, ziemniaki, pieprz, sól, marchew, pietruszka, por, kasza wiejska, pietruszka zielona,) Makaron penne z kurczakiem brokułem i pieczarkami w sosie śmietanowym (200 g) (filet z kurczaka, brokuł, pieczarki, mąka pszenna, śmietana 30 %, mąka pszenna, mąka z pszenicy durum 100%, jaja, woda, sól) woda mineralna (250 ml) Energia: [817]
Czwartek <i>01.02</i>	Zupa ogórkowa z ziemniakami (350 ml) (porcja rosółowa z kurczaka, marchew, pietruszka, por, seler , ogórek kiszony, cebula, pietruszka zielona, pieprz, woda, sól, śmietana 15% , ziemniaki) Ryż zapiekany z jabłkami (200g) (ryż, sól, jabłko, cukier, masło klarowane) woda mineralna (250 ml) Energia: [691]
Piątek <i>02.02</i>	Zupa krem pieczarkowy z grzankami (350 ml) (porcja rosółowa z kurczaka, pieczarki, marchew, pietruszka, por, sól, pieprz, śmietana 30% , grzanki – chleb: mąka pszenna typ 750, mąka żytnia typ 720) Ryba panierowana (120 g) (filet rybny z morszczuka argentyńskiego 95%, woda 5%, jajko, mąka pszenna, bułka tarta), ziemniaki (150 g),(ziemniaki, masło klarowane, sól), surówka z czerwonej kapusty (90g) (kapusta czerwona, jabłko, cebula, oliwa, pieprz, cukier, cytryna, sól) woda mineralna (250 ml) Energia: [779]

Jadłospis może ulec niewielkim zmianom.

Życzymy smacznego!!!