



Sekret Smaku

SPÓŁDZIELNIA SOCJALNA

JADŁOSPIS

Dzieci od 6 do 10 lat

od dnia 01.05.2023r. - do dnia 05.05.2023r.

Dni tygodnia

Obiad dwudaniowy

Poniedziałek

1.05



Wtorek

2.05

Środa

3.05

Czwartek

4.05

Barszcz ukraiński (300 ml) - (porcja rosółowa z kurczaka, burak czerwony, marchew, pietruszka, por, sól, pieprz, cebula, ziemniaki, sól)

Spaghetti carbonara (150g) (boczek, ser żółty, **śmietana 30%** cebula; makaron penne – mąka pszenna, mąka z pszenicy durum 100%, jaja, woda, sól)
woda mineralna (200 ml)

Energia: [708]

Piątek

5.05

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)

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: [658]

Jadłospis może ulec niewielkim zmianom

Życzymy smacznego!!!



Sekret Smaku
SPÓŁDZIELNIA SOCJALNA

JADŁOSPIS

Dzieci od 6 do 10 lat

od dnia 8.05.2023r. - do dnia 12.05.2023r.

<i>Dni tygodnia</i>	<i>Obiad dwudaniowy</i>
Poniedziałek 8.05	Żurek z kielbasą i ziemniakami (300 ml) - (porcja rosółowa, marchew, pietruszka, por, mąka pszenna , woda, mąka żytnia, czosnek, śmietana 15% , sól, pieprz, majeranek, cebula, ziemniaki, żurek - skrobia, mleko odtłuszczone w proszku, mąka żytnia (15%) , sól, płatki ziemniaczane, boczek wieprzowy wędzony prażony (5,5%), tłuszcz palmowy, cukier, kwas (kwas cytrynowy), aromaty, cebula prażona (1,3%), ekstrakt drożdżowy, czosnek (0,9%), majeranek, maltodekstryna, sos sojowy (w tym soja, pszenica), liść laurowy, pieprz czarny, aromaty, aromat dymu wędzarniczego. kielbasa toruńska – mięso wieprzowe, woda, mięso wołowe 9%, skrobia, sól, błonnik sojowy , przyprawy, gorczyca ,) 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: [670]
Wtorek 9.05	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: [749]
Środa 10.05	Grysik na rosole (300 ml) , (kurczak, porcja z kaczki, woda, marchew, pietruszka, seler , pieprz, sól, lubczyk , natka pietruszki, por, woda, kasza manna). Karczek grillowany (100 g) (karczek, pieprz, sól, papryka, olej rzepakowy), ziemniaki (120g) (ziemniaki, masło klarowane , sól), surówka z kapusty pekińskiej, marchewki i jabłka (90g) (kapusta pekińska, marchew, jabłko, olej) woda mineralna (200 ml) Energia: [790]
Czwartek 11.05	Zupa jarzynowa z ziemniakami (300 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 (200 ml) Energia: [748]
Piątek 12.05	Krupnik (300 ml) (porcja rosółowa z kurczaka, woda, ziemniaki, pieprz, sól, marchew, pietruszka, por, kasza wiejska, pietruszka zielona,) Jajko w sosie koperkowym (100 g) (jaja, woda, pieprz, sól, mąka pszenna , śmietana 15% , ziele angielskie, koper,) ziemniaki (120 g) (ziemniaki, koper, masło klarowane , sól) fasolka szparagowa (90 g) (szparaga, masło klarowane 82%, bułka tarta) woda mineralna (200 ml) Energia: [614]

Jadłospis może ulec niewielkim zmianom.

Życzymy smacznego!!!



Sekret Smaku

SPÓŁDZIELNIA SOCJALNA

JADŁOSPIS

Dzieci od 6 do 10 lat

od dnia 15.05.2023r. - do dnia 19.05.2023r.

Dni tygodnia

Obiad dwudaniowy

Poniedziałek

15.05

Zupa koperkowa z ryżem (300 ml), - (kurczak, woda, marchew, pietruszka, **seler**, pieprz, sól, lubczyk, natka pietruszki, por, **śmietana 15%**, woda, ryż

Bigos z młodej kapusty (150g) (kapusta biała, marchew, cebula, mięso wieprzowe z łopatki, kielbasa - kielbasa 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,)

Bulka zwykła (mąka pszenna typ 650, woda, drożdże, sól, cukier)

woda mineralna (200 ml)

Energia: [640]

Wtorek

16.05

Rosół z zacierką (300 ml) kurczak, woda, marchew, pietruszka, **seler**, pieprz, sól, lubczyk, natka pietruszki, por, mąka **pszenna**, mąka z **pszenicy durum** 100%, woda, **jaja**)

Kotlet drobiowy (100 g) (filet drobiowy, przyprawa do drobiu, pieprz, sól, papryka, **jaja**, bulka tarta **pszenna**, olej rzepakowy), **ziemniaki (120 g)**,(ziemniaki, **masło klarowane**, sól) **mizeria (90 g)** (ogórek zielony, śmietana 12%, jogurt naturalny, sól, pieprz)

woda mineralna (200 ml)

Energia: [797]

Środa

17.05

Zupa krem z białych warzyw z grzankami (300 ml) (porcja rosółowa z kurczaka, **seler**, pietruszka, por, ziemniaki, sól, pieprz, grzanki – chleb: mąka **pszenna** typ 750, mąka **żytnia** typ 720, mąka **pszenna** typ 500, sól, drożdże, mąka ziemniaczana, kwas naturalny)

Spaghetti z sosem mięsno – warzywnym (150 g) (makaron spaghetti – mąka pszenna, mąka z pszenicy durum 100%) **Sos** (mięso mielone z szynki wieprzowej, cebula, papryka czerwona, czosnek, bazylija, oregano, koncentrat pomidorowy, sól, pieprz, woda)

woda mineralna (200 ml)

Energia: [729]

Czwartek

18.05

Zupa rosolnik (300 ml), (porcja rosółowa z kurczaka, woda, marchew, pietruszka, por, **seler**, lubczyk, cebula, pietruszka zielona, pieprz, sól)

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, koper, **masło klarowane**, sól), **marchew z groszkiem (90g)**(marchew, groszek zielony, sól, **masło klarowane**)

woda mineralna (200 ml)

Energia: [682]

Piątek

19.05

Zupa grochowa z ziemniakami (300 ml) (porcja rosółowa, groch omielany, marchew, pietruszka, por, mąka pszenna, sól, pieprz, natka pietruszki, ziemniaki, majeranek,)

Ryż z musem truskawkowym (150g) (ryż, sól, truskawki, **śmietana**, cukier, **masło klarowane**)

woda mineralna (200 ml)

Energia: [664]

Jadłospis może ulec niewielkim zmianom.

Życzymy smacznego!!!



Dni tygodnia

Obiad dwudaniowy

Poniedziałek

22.05

Krupnik zabieleny z ziemniakami (300 ml) (porcja rosółowa z kurczaka, woda, ziemniaki, pieprz, sól, marchew, pietruszka, por, kasza wiejska, pietruszka zielona, śmietana 15%,)

Gulasz meksykański z makaronem (150g) (pomidory, fasola czerwona, cebula, papryka, groch jasiak, marchew, cebula, koncentrat pomidorowy, mięso wieprzowe z łopatki, kielbasa - kielbasa toruńska – mięso wieprzowe, woda, mięso wołowe 9%, skrobia, sól, błonnik sojowy, przyprawy, **gorczyca**, boczek – mięso wieprzowe, woda)
woda mineralna (200 ml)

Energia: [742]

Wtorek

23.05

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**)

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: [789]

Środa

24.05

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,)

Pulpety w sosie własnym (100 g) (łopatka wieprzowa, cebula, bazylija, liść laurowy, ziele angielskie, mąka **pszenna**, bułka tarta, jaja kurze, woda, olej rzepakowy, śmietana 30 %) **kasza wiejska (120 g)** (kasza wiejska, woda, sól)
sałatka szwedzka (90g) (ogórki, woda, ocet spirytusowy, cukier, sól przyprawy)

woda mineralna (200 ml)

Energia: [801]

Czwartek

25.05

Zupa ogórkowa z ryżem (300 g) (porcja rosółowa z kurczaka, marchew, pietruszka, por, **seler**, ogórek kiszony, cebula, pietruszka zielona, pieprz, woda, sól, **śmietana 15%**, ziemniaki)

Kotlet schabowy (100 g) - (schab b/k, przyprawa do mięsa, pieprz, sól, papryka, **jaja**, bułka tarta **pszenna**, olej rzepakowy), **ziemniaki (120 g)** - (ziemniaki, koper, **masło klarowane**, sól), **buraczki z chrzanem (90 g)** (buraki czerwone, chrzan, sól, cukier, sok z cytryny)
woda mineralna (200 ml)

Energia: [790]

Piątek

26.05

Zupa kalafiorowa z ziemniakami (300 ml) - (porcja rosółowa z kurczaka, marchew, kalafior, **seler**, pietruszka, por, ziemniaki, sól, pieprz, **śmietana 15%**)

Makaron z musem jabłkowym (150 g) (makaron kokardka – mąka **pszenna**, **jaja**, woda, sól, **masło klarowane**, jabłko, cynamon, cukier)
woda mineralna (200 ml)

Energia: [604]



Sekret Smaku

SPÓŁDZIELNIA SPOŻYWCZA
Dni tygodnia

JADŁOSPIS

Dzieci od 6 do 10 lat

od dnia 29.05.2023r. - do dnia 02.06.2023r.

Obiad dwudaniowy

Poniedziałek 29.05	Zupa grysikowa (300 ml) , (kurczak, porcja z kaczki, woda, marchew, pietruszka, seler , pieprz, sól, lubczyk, natka pietruszki, por, woda, kasza manna). Leczo (150g) (cukinia, papryka czerwona, pomidor,, marchew, cebula, koncentrat pomidorowy, kielbasa - kielbasa toruńska – mięso wieprzowe, woda, mięso wołowe 9%, skrobia, sól, błonnik sojowy , przyprawy, gorczyca , boczek – mięso wieprzowe, woda) Bulka zwykła (mąka pszenna typ 650, woda, drożdże, sól, cukier) woda mineralna (200 ml)	Energia: [742]
Wtorek 30.05	Zupa pomidorowa z ryżem (300 ml) -(porcja rosółowa z kurczaka, woda, pieprz, sól, marchew, pietruszka, por, koncentrat pomidorowy, śmietana 15% , koper, ryż) Makaron penne z kurczakiem i szpinakiem w sosie śmietanowym (150 g) (filet z kurczaka, szpinak, mąka pszenna, śmietana 30 %, mąka pszenna, mąka z pszenicy durum 100%, jaja, woda, sól) woda mineralna (200 ml)	Energia: [779]
Środa 31.05	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) Sznyceł (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: [801]
Czwartek 1.06	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) Gulasz z indyka (100g) (mięso z indyka, sól, pieprz, olej rzepakowy, mąka pszenna , śmietana), ryż (120 g) – ryż paraboliczny , sól, warzywa z pieca (90g) (marchew, brokuł, kalafior, fasola szparagowa, masło klarowane) woda mineralna (200 ml)	Energia: [790]
Piątek 2.06	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 z pieca (100) (filet rybny z morszczuka argentyńskiego 95%, woda, sól, cytryna) ziemniaki (120 g) ,(ziemniaki, masło klarowane , sól), surówka marchewka z porem i jabłkiem (90g) (marchew, jabłko, por, jogurt naturalny, pieprz, cukier, sól) woda mineralna (200 ml)	Energia: [604]

Jadłospis może ulec niewielkim zmianom.

Życzymy smacznego!!!



Sekret Smaku
SPÓŁDZIELNIA SOCJALNA

JADŁOSPIS

Młodzież od 11 do 16 lat

od dnia 01.05.2023r. - do dnia 05.05.2023r.

Dni tygodnia

Obiad dwudaniowy

Poniedziałek

1.05

Wtorek

2.05

Środa

3.05



Czwartek

4.05

Barszcz ukraiński (350 ml) - (porcja rosółowa z kurczaka, burak czerwony, marchew, pietruszka, por, sól, pieprz, cebula, ziemniaki, sól)
Spaghetti carbonara (200g) (boczek, ser żółty, **śmietana 30%** cebula; makaron penne – mąka pszenna, mąka z pszenicy durum 100%, jaja, woda, sól)
woda mineralna (250 ml)

Energia: [728]

Piątek

5.05

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)
Ryba panierowana (130 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: [675]

Jadłospis może ulec niewielkim zmianom

Życzymy smacznego!!!



Sekret Smaku

SPÓŁDZIELNIA SOCJALNA

JADŁOSPIS

Młodzież od 11 do 16 lat

od dnia 8.05.2023r. - do dnia 12.05.2023r.

Dni tygodnia

Obiad dwudaniowy

Poniedziałek

8.05

Żurek z kielbasą i ziemniakami (350 ml)- (porcja rosółowa, marchew, pietruszka, por, mąka **pszenna**, woda, mąka żytnia, czosnek, **śmietana 15%**, sól, pieprz, majeranek, cebula, ziemniaki, żurek - skrobia, **mleko** odtłuszczone w proszku, mąka **żytnia (15%)**, sól, płatki ziemniaczane, boczek wieprzowy wędzony prażony (5,5%), tłuszcz palmowy, cukier, kwas (kwas cytrynowy), aromaty, cebula prażona (1,3%), ekstrakt drożdżowy, czosnek (0,9%), majeranek, maltodekstryna, sos **sojowy** (w tym **soja, pszenica**), liść laurowy, pieprz czarny, aromaty, aromat dymu wędzarniczego. kielbasa toruńska – mięso wieprzowe, woda, mięso wołowe 9%, skrobia, sól, błonnik **sojowy**, przyprawy, **gorczyca**,)
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: [694]

Wtorek

9.05

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 (130 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: [766]

Środa

10.05

Grysik na rosole (350 ml), (kurczak, porcja z kaczki, woda, marchew, pietruszka, **seler**, pieprz, sól, lubczyk, natka pietruszki, por, woda, kasza manna).
Karczek grillowany (130 g) (karczek, pieprz, sól, papryka, olej rzepakowy), **ziemniaki (150g)** (ziemniaki, **masło klarowane**, sól), **surówka z kapusty pekińskiej, marchewki i jabłka (120g)** (kapusta pekińska, marchew, jabłko, olej)
woda mineralna (250 ml)

Energia: [820]

Czwartek

11.05

Zupa jarzynowa z ziemniakami (350 ml) -(porcja rosółowa z kurczaka, marchew, fasolka, **seler**, pietruszka, por, ziemniaki, sól, pieprz, **śmietana 15%**)
Gołąbki w sosie pomidorowym (250 g) (mięso mielone z szynki, cebula, pieprz, sól, przyprawa do mięsa wieprzowego, kapusta, **mąka pszenna**, koncentrat pomidorowy)
woda mineralna (250 ml)

Energia: [798]

Piątek

12.05

Krupnik (350 ml) (porcja rosółowa z kurczaka, woda, ziemniaki, pieprz, sól, marchew, pietruszka, por, kasza wiejska, pietruszka zielona,)
Jajko w sosie koperkowym (130 g) (jaja, woda, pieprz, sól, mąka **pszenna**, **śmietana 15%**, ziele angielskie, koper,) **ziemniaki (150 g)** (ziemniaki, koper, **masło klarowane**, sól)
fasolka szparagowa (120 g) (szparaga, masło klarowane 82%, bułka tarta)
woda mineralna (250 ml)

Energia: [652]

Jadłospis może ulec niewielkim zmianom.

Życzymy smacznego!!!



Sekret Smaku

SPÓŁDZIELNIA SOCJALNA

JADŁOSPIS

Młodzież od 11 do 16 lat

od dnia 15.05.2023r. - do dnia 19.05.2023r.

Dni tygodnia

Obiad dwudaniowy

Poniedziałek

15.05

Zupa koperkowa z ryżem (350 ml), - (kurczak, woda, marchew, pietruszka, **seler**, pieprz, sól, lubczyk, natka pietruszki, por, **śmietana 15%**, woda, ryż

Bigos z młodej kapusty (200g) (kapusta biała, marchew, cebula, mięso wieprzowe z łopatki, kielbasa - kielbasa 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 pszeniczny, koncentrat pomidorowy, sól, pieprz, papryka słodka, kminek,)

Bulka zwykła (mąka pszenna typ 650, woda, drożdże, sól, cukier)
woda mineralna (250 ml)

Energia: [661]

Wtorek

16.05

Rosół z zacierką (350 ml) kurczak, woda, marchew, pietruszka, **seler**, pieprz, sól, lubczyk, natka pietruszki, por, mąka **pszenna**, mąka z **pszenicy durum** 100%, woda, **jaja**)

Kotlet drobiowy (130 g) (filet drobiowy, przyprawa do drobiu, pieprz, sól, papryka, **jaja**, bułka tarta **pszenna**, olej rzepakowy), **ziemniaki (150 g)**,(ziemniaki, **masło klarowane**, sól) **mizeria (120 g)** (ogórek zielony, śmietana 12%, jogurt naturalny, sól, pieprz)

woda mineralna (200 ml)

Energia: [804]

Środa

17.05

Zupa krem z białych warzyw z grzankami (350 ml) (porcja rosółowa z kurczaka, **seler**, pietruszka, por, ziemniaki, sól, pieprz, grzanki – chleb: mąka **pszenna** typ 750, mąka **żytnia** typ 720, mąka **pszenna** typ 500, sól, drożdże, mąka ziemniaczana, kwas naturalny)

Spaghetti z sosem mięsno – warzywnym (200 g) (makaron spaghetti – mąka pszenna, mąka z pszenicy durum 100%) **Sos** (mięso mielone z szynki wieprzowej, cebula, papryka czerwona, czosnek, bazylija, oregano, koncentrat pomidorowy, sól, pieprz, woda)
woda mineralna (250 ml)

Energia: [769]

Czwartek

18.05

Zupa rosolnik (350 ml), (porcja rosółowa z kurczaka, woda, marchew, pietruszka, por, **seler**, lubczyk, cebula, pietruszka zielona, pieprz, sól)

Rumsztyki z cebulą (120 g) (mięso mielone z szynki, czosnek, pieprz, sól, przyprawa do mięsa wieprzowego, **jaja**, mąka **pszenna**, chleb **pszeniczny**, cebula), **ziemniaki (150 g)**, (ziemniaki, koper, **masło klarowane**, sól), **marchew z groszkiem (120g)**(marchew, groszek zielony, sól, **masło klarowane**)
woda mineralna (200 ml)

Energia: [699]

Piątek

19.05

Zupa grochowa z ziemniakami (350 ml) (porcja rosółowa, groch omielany, marchew, pietruszka, por, mąka pszenna, sól, pieprz, natka pietruszki, ziemniaki, majeranek,)

Ryż z musem truskawkowym (200g) (ryż, sól, truskawki, **śmietana**, cukier, **masło klarowane**)
woda mineralna (250 ml)

Energia: [698]

Jadłospis może ulec niewielkim zmianom.

Życzymy smacznego!!!



Sekret Smaku
SPÓŁDZIELNIA SOCJALNA

JADŁOSPIS

Młodzież od 11 do 16 lat

od dnia 22.05.2023r. - do dnia 26.05.2023r.

Dni tygodnia

Obiad dwudaniowy

Poniedziałek 22.05	Krupnik zabieleny z ziemniakami (350 ml) (porcja rosółowa z kurczaka, woda, ziemniaki, pieprz, sól, marchew, pietruszka, por, kasza wiejska, pietruszka zielona, śmietana 15%,) Gulasz meksykański z makaronem (200g) (pomidory, fasola czerwona, cebula, papryka, groch jasek, marchew, cebula, koncentrat pomidorowy, mięso wieprzowe z łopatki, kielbasa - kielbasa toruńska – mięso wieprzowe, woda, mięso wołowe 9%, skrobia, sól, błonnik sojowy, przyprawy, gorczyca , boczek – mięso wieprzowe, woda) woda mineralna (250 ml)	Energia: [762]
Wtorek 23.05	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) 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: [799]
Środa 24.05	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,) Pulpety w sosie własnym (150 g) (łopatka wieprzowa, cebula, bazylia, liść laurowy, ziele angielskie, mąka pszenna , bułka tarta, jaja kurze, woda, olej rzepakowy, śmietana 30 %) kasza wiejska (150 g) (kasza wiejska, woda, sól) sałatka szwedzka (120g) (ogórki, woda, ocet spirytusowy, cukier, sól przyprawy) woda mineralna (250 ml)	Energia: [841]
Czwartek 25.05	Zupa ogórkowa z ryżem (350 g) (porcja rosółowa z kurczaka, marchew, pietruszka, por, seler , ogórek kiszony, cebula, pietruszka zielona, pieprz, woda, sól, śmietana 15% , ziemniaki) Kotlet schabowy (130 g) - (schab b/k, przyprawa do mięsa, pieprz, sól, papryka, jaja , bułka tarta pszenna , olej rzepakowy), ziemniaki (150 g) -(ziemniaki, koper, masło klarowane , sól), buraczki z chrzanem (120 g) (buraki czerwone, chrzan, sól, cukier, sok z cytryny) woda mineralna (250 ml)	Energia: [812]
Piątek 26.05	Zupa kalafiorowa z ziemniakami (350 ml) -(porcja rosółowa z kurczaka, marchew, kalafior, seler , pietruszka, por, ziemniaki, sól, pieprz, śmietana 15%) Makaron z musem jabłkowym (200 g) (makaron kokardka – mąka pszenna , jaja , woda, sól, masło klarowane , jabłko, cynamon, cukier) woda mineralna (250 ml)	Energia: [644]

Jadłospis może ulec niewielkim zmianom.

Życzymy smacznego!!!



Sekret Smaku
SPÓŁDZIELNIA SOCJALNA

JADŁOSPIS

Młodzież od 11 do 16 lat

od dnia 29.05.2023r. - do dnia 02.06.2023r.

Dni tygodnia

Obiad dwudaniowy

Poniedziałek

29.05

Zupa grysikowa (350 ml), (kurczak, porcja z kaczki, woda, marchew, pietruszka, **seler**, pieprz, sól, lubczyk, natka pietruszki, por, woda, kasza manna).

Leczo (200g) (cukinia, papryka czerwona, pomidor,, marchew, cebula, koncentrat pomidorowy, kielbasa - kielbasa toruńska – mięso wieprzowe, woda, mięso wołowe 9%, skrobia, sól, błonnik **sojowy**, przyprawy, **gorczyca**, boczek – mięso wieprzowe, woda)

Bulka zwykła (mąka pszenna typ 650, woda, drożdże, sól, cukier)
woda mineralna (250 ml)

Energia: [782]

Wtorek

30.05

Zupa pomidorowa z ryżem (350 ml) -(porcja rosółowa z kurczaka, woda, pieprz, sól, marchew, pietruszka, por, koncentrat pomidorowy, **śmietana 15%**, koper, ryż)

Makaron penne z kurczakiem i szpinakiem w sosie śmietanowym (200 g)(filet z kurczaka, szpinak, mąka pszenna, śmietana 30 %, mąka pszenna, mąka z pszenicy durum 100%, jaja, woda, sól)

woda mineralna (250 ml)

Energia: [799]

Środa

31.05

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)

Sznyceł (130 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: [861]

Czwartek

1.06

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**)

Gulasz z indyka (150g) (mięso z indyka, sól, pieprz, olej rzepakowy, mąka **pszenna**, **śmietana**), **ryż (150 g)** – ryż **paraboliczny**, sól, **warzywa z pieca (130g)** (marchew, brokuł, kalafior, fasola szparagowa, **masło klarowane**)

woda mineralna (250 ml)

Energia: [814]

Piątek

2.06

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**)**R**

Ryba z pieca (120) (filet rybny z morszczuka argentyńskiego 95%, woda, sól, cytryna) **ziemniaki (150 g)**,(ziemniaki, **masło klarowane**, sól), **surówka marchewka z porem i jabłkiem (120g)** (marchew, jabłko, por, jogurt naturalny, pieprz, cukier, sól)

woda mineralna (250 ml)

Energia: [634]

Jadłospis może ulec niewielkim zmianom.

Życzymy smacznego!!!