



<i>Dni tygodnia</i>	<i>Obiad dwudaniowy</i>
<b>Poniedziałek</b>  <b>6.11</b>	<b>Żurek z kiełbasą i ziemniakami (300 ml)</b> - (porcja rosółowa, marchew, pietruszka, por, mąka <b>pszenna</b> , woda, mąka żytnia, czosnek, <b>śmietana 15%</b> , sól, pieprz, majeranek, cebula, ziemniaki, żurek - skrobia, <b>mleko</b> odtłuszczone w proszku, mąka <b>żytnia</b> (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 <b>sojowy</b> (w tym <b>soja, pszenica</b> ), liść laurowy, pieprz czarny, aromaty, aromat dymu wędzarniczego. kiełbasa toruńska – mięso wieprzowe, woda, mięso wołowe 9%, skrobia, sól, błonnik <b>sojowy</b> , przyprawy, <b>gorczyca</b> ,) <b>Makaron z serem (150g)</b> (makaron kokardki – mąka <b>pszenna</b> , mąka z <b>pszenicy durum</b> 100%, <b>jaja</b> , woda, sól, <b>twaróg półtłusty</b> , cukier, <b>masło klarowane</b> ) woda mineralna (200 ml)  <b>Energia: [ 683 ]</b>
<b>Wtorek</b>  <b>7.11</b>	<b>Rosół z makaronem (300 ml)</b> , kurczak, porcja rosółowa z kaczki, woda, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , pieprz, sól, lubczyk, natka pietruszki, por, makaron - mąka <b>pszenna</b> , mąka z <b>pszenicy durum</b> 100%, woda, <b>jaja</b> ) <b>Filet drobiowy w sosie pieczarkowym (100 g)</b> (filet drobiowy, przyprawa do drobiu, pieprz, sól, papryka, pieczarki, mąka <b>pszenna</b> , olej rzepakowy), <b>ziemniaki ( 120 g ),</b> ( ziemniaki, <b>masło klarowane</b> , sól), <b>salsa buraczana (90 g)</b> (buraki, ocet balsamiczny, pietruszka zielona, cukier, cebula czerwona ) woda mineralna (200 ml)  <b>Energia: [ 704 ]</b>
<b>Środa</b>  <b>8.11</b>	<b>Zupa brokułowa z grzankami ( 300 ml )</b> -( porcja rosółowa z kurczaka, <b>seler</b> , pietruszka, brokuły, ziemniaki, sól, pieprz, grzanki – chleb: mąka <b>pszenna</b> typ 750, mąka <b>żytnia</b> typ 720, mąka <b>pszenna</b> typ 500, sól, drożdże, mąka ziemniaczane, kwas naturalny) <b>Karczek z pieca (100 g)</b> (karczek, pieprz, sól, papryka, olej rzepakowy), <b>ziemniaki ( 120 g ),</b> ( ziemniaki, <b>masło klarowane</b> , sól), <b>surówka z białej kapusty (90g)</b> (kapusta biała, marchew, cebula, koper, sól, pieprz) woda mineralna (200 ml)  <b>Energia: [ 722 ]</b>
<b>Czwartek</b>  <b>9.11</b>	<b>Zupa grysikowa (300 ml)</b> , (kurczak, porcja z kaczki, woda, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , pieprz, sól, lubczyk, natka pietruszki, por, woda, kasza manna). <b>Gulasz meksykański z makaronem (150g)</b> (pomidory, fasola czerwona, cebula, papryka, groch jasek, marchew, cebula, koncentrat pomidorowy, mięso wieprzowe z łopatki, kiełbasa - kiełbasa toruńska – mięso wieprzowe, woda, mięso wołowe 9%, skrobia, sól, błonnik <b>sojowy</b> , przyprawy, <b>gorczyca</b> , boczek – mięso wieprzowe, woda, makaron - mąka <b>pszenna</b> , mąka z <b>pszenicy durum</b> 100%, woda, <b>jaja</b> ) woda mineralna (200 ml)  <b>Energia: [ 669 ]</b>
<b>Piątek</b>  <b>10.11</b>	<b>Zupa pomidorowa z makaronem (300 ml)</b> porcja rosółowa z kurczaka, woda, pieprz, sól, marchew, pietruszka, por, koncentrat pomidorowy, <b>śmietana 15%</b> , koper, makaron- mąka z <b>pszenicy durum</b> 100%, <b>jaja</b> kurze, woda) <b>Jajko w sosie koperkowym (100 g)</b> (jaja, woda, pieprz, sól, mąka <b>pszenna</b> , <b>śmietana 15%</b> , ziele angielskie, koper,) <b>ziemniaki (120 g)</b> (ziemniaki, koper, <b>masło klarowane</b> , sól) <b>fasolka szparagowa (90 g)</b> (szparaga, <b>masło klarowane</b> 82%, bułka tarta) woda mineralna (200 ml)  <b>Energia: [ 695 ]</b>



**Sekret Smaku**

SPÓŁDZIELNIA SOCJALNA

JADŁOSPIS

Dzieci od 6 do 10 lat

od dnia 13.11.2023r. - do dnia 17.11.2023r.

**Dni tygodnia**

**Obiad dwudaniowy**

**Poniedziałek**

**13.11**

**Krupnik zabieleny z ziemniakami (300 ml)** (porcja rosółowa z kurczaka, woda, ziemniaki, pieprz, sól, marchew, pietruszka, por, kasza wiejska, pietruszka zielona, **śmietana 15%**)  
**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 )  
**Bułka zwykła** (mąka pszenna typ 650, woda, drożdże, sól, cukier)  
woda mineralna ( 200 ml)

**Energia: [ 715]**

**Wtorek**

**14.11**

**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**)  
**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: [ 809]**

**Środa**

**15.11**

**Zupa jarzynowa z ziemniakami (300 ml)** -( porcja rosółowa z kurczaka, marchew, fasolka, **seler**, pietruszka, por, ziemniaki, sól, pieprz, **śmietana 15%**)  
**Gulasz wieprzowy (100 ml)** (karczek, cebula, bazylija, 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: [ 787]**

**Czwartek**

**16.11**

**Zupa rosolnik (300 ml)**, ( porcja rosółowa z kurczaka, woda, marchew, pietruszka, por, **seler**, lubczyk, cebula, pietruszka zielona, pieprz, sól)  
**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: [798]**

**Piątek**

**17.11**

**Barszcz czerwony zabieleny z ziemniakami ( 300 ml)** ( porcja rosółowa z kurczaka, burak czerwony, marchew, ziemniaki, pietruszka, por, sól, pieprz, cebula, sól, **śmietana 15%**)  
**Ryż z musem jabłkowym (150g)** ( ryż, sól, jabłko, cukier, **masło klarowane**)  
woda mineralna ( 200 ml)

**Energia: [ 629 ]**

Jadłospis może ulec niewielkim zmianom.

**Życzymy smacznego!!!**



**Sekret Smaku**

SPÓŁDZIELNIA SOCJALNA

JADŁOSPIS

Dzieci od 6 do 10 lat

od dnia 20.11.2023r. - do dnia 24.11.2023r.

**Dni tygodnia**

**Obiad dwudaniowy**

**Poniedziałek**

**20.11**

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

**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: [ 682 ]**

**Wtorek**

**21.11**

**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: [ 788 ]**

**Środa**

**22.11**

**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)  
**mizeria (90 g)** (ogórek zielony, **śmietana 12%**, **jogurt naturalny**, sól, pieprz)  
woda mineralna ( 200 ml)

**Energia: [ 748 ]**

**Czwartek**

**23.11**

**Barszcz ukraiński (300 ml)** - (porcja rosółowa z kurczaka, burak czerwony, marchew, pietruszka, por, sól, pieprz, cebula, ziemniaki, 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 %),  
**ryż (120 g)** – ryż paraboliczny, sól,  
**surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i jabłkiem (90 g)** (kapusta pekińska, marchewka, jabłko, sól, pieprz, sos włoski, oliwa)  
woda mineralna ( 200 ml)

**Energia: [ 739 ]**

**Piątek**

**24.11**

**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, koper, **masło klarowane**, sól) **brokuły na parze (90 g)** (brokuły, **masło klarowane 82%**, bułka tarta)  
woda mineralna ( 200 ml)

**Energia: [ 664 ]**

Jadłospis może ulec niewielkim zmianom.

**Życzymy smacznego!!!**



<i>Dni tygodnia</i>	<i>Obiad dwudaniowy</i>
<b>Poniedziałek</b>  <b>27.11</b>	<b>Krupnik (300 ml)</b> (porcja rosółowa z kurczaka, woda, ziemniaki, pieprz, sól, marchew, pietruszka, por, kasza wiejska, pietruszka zielona,) <b>Fasolka po bretońsku (150 g)</b> (groch jasek, marchew, cebula, koncentrat pomidorowy, mięso wieprzowe z łopatki, kielbasa - kielbasa toruńska – mięso wieprzowe, woda, mięso wołowe 9%, skrobia, sól, błonnik <b>sojowy</b> , przyprawy, <b>gorczyca</b> , boczek – mięso wieprzowe, woda ) woda mineralna ( 200 ml)  <b>Energia: [ 631 ]</b>
<b>Wtorek</b>  <b>28.11</b>	<b>Barszcz czerwony z groszkiem ptysiowym ( 300 ml ) - ( porcja rosółowa z kurczaka, pieczarki, marchew, pietruszka, por, sól, pieprz, groszek ptysiowy - mąka <b>pszenna</b>, woda, <b>jaja</b>, olej roślinny, sól)</b> <b>Rumsztyki z cebulą (100 g)</b> (mięso mielone z szynki, czosnek, pieprz, sól, przyprawa do mięsa wieprzowego, <b>jaja</b> , mąka <b>pszenna</b> , chleb <b>pszenny</b> , cebula) <b>ziemniaki ( 120 g )</b> (ziemniaki, <b>masło klarowane</b> , sól), <b>surówka colesław (90g)</b> (kapusta biała, marchew, cebula, koper, sól, pieprz) woda mineralna (200 ml)  <b>Energia: [ 705 ]</b>
<b>Środa</b>  <b>29.11</b>	<b>Rosół z zacierką (300 ml)</b> kurczak, woda, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , pieprz, sól, lubczyk, natka pietruszki, por, mąka <b>pszenna</b> , mąka z <b>pszenicy durum 100%</b> , woda, <b>jaja</b> ) <b>Gulasz z indyka (100g)</b> (mięso z indyka, sól, pieprz, olej rzepakowy, mąka <b>pszenna</b> , <b>śmietana</b> ) <b>kasza wiejska (120 g)</b> (kasza wiejska, woda, sól) <b>marchew z groszkiem (90g)</b> (marchew, groszek zielony, sól, <b>masło klarowane</b> ) woda mineralna (200 ml)  <b>Energia: [ 769 ]</b>
<b>Czwartek</b>  <b>30.11</b>	<b>Zupa ogórkowa z ryżem (300 g)</b> ( porcja rosółowa z kurczaka, marchew, pietruszka, por, <b>seler</b> , ogórek kiszony, cebula, pietruszka zielona, pieprz, woda, sól, <b>śmietana 15%</b> , ziemniaki) <b>Kotlet schabowy ( 100 g ) - ( schab b/k, przyprawa do mięsa, pieprz, sól, papryka, <b>jaja</b>, bułka tarta <b>pszenna</b>, olej rzepakowy)</b> <b>ziemniaki ( 120 g )</b> (ziemniaki, <b>masło klarowane</b> , sól), <b>surówka z kapusty pekińskiej (120 g)</b> (kapusta pekińska, sól, pieprz, sos włoski, oliwa) woda mineralna (200 ml)  <b>Energia: [ 714 ]</b>
<b>Piątek</b>  <b>1.12</b>	<b>Zupa ziemniaczana zasmażana( 300 ml), ( porcja rosółowa z kurczaka, marchew, pietruszka, por, majeranek, sól, pieprz, ziemniaki, bazylija, mąka <b>pszenna</b>)</b> <b>Knedle z truskawkami (150g)</b> (ziemniaki, mąka <b>pszenna</b> , mąka z <b>pszenicy durum 100%</b> , <b>jaja</b> , woda, sól, farsz – truskawki mrożone, <b>masło klarowane</b> ) woda mineralna (200 ml)  <b>Energia: [ 688 ]</b>



Dni tygodnia	Obiad dwudaniowy
<b>Poniedziałek</b>  6.11	<p><b>Żurek z kielbasą i ziemniakami ( 350 ml)</b>- (porcja rosółowa, marchew, pietruszka, por, mąka <b>pszenna</b>, woda, mąka żytnia, czosnek, <b>śmietana 15%</b>, sól, pieprz, majeranek, cebula, ziemniaki, żurek - skrobia, <b>mleko</b> odtłuszczone w proszku, mąka <b>żytnia</b> (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 <b>sojowy</b> (w tym <b>soja, pszenica</b>), liść laurowy, pieprz czarny, aromaty, aromat dymu wędzarniczego. kielbasa toruńska – mięso wieprzowe, woda, mięso wołowe 9%, skrobia, sól, błonnik <b>sojowy</b>, przyprawy, <b>gorczyca</b>,) <b>Makaron z serem (200g)</b> (makaron kokardki – mąka <b>pszenna</b>, mąka z <b>pszenicy durum</b> 100%, <b>jaja</b>, woda, sól, <b>twaróg półtłusty</b>, cukier, <b>masło klarowane</b>) woda mineralna (250 ml)</p> <p style="text-align: right;"><b>Energia: [ 735]</b></p>
<b>Wtorek</b>  7.11	<p><b>Rosół z makaronem (350 ml)</b>, kurczak, porcja rosółowa z kaczki, woda, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, pieprz, sól, lubczyk, natka pietruszki, por, makaron - mąka <b>pszenna</b>, mąka z <b>pszenicy durum</b> 100%, woda, <b>jaja</b>) <b>Filet drobiowy w sosie pieczarkowym (120 g)</b> (filet drobiowy, przyprawa do drobiu, pieprz, sól, papryka, pieczarki, mąka <b>pszenna</b>, olej rzepakowy), <b>ziemniaki ( 150 g)</b>,( ziemniaki, <b>masło klarowane</b>, sól), <b>salsa buraczana (120 g)</b> (buraki, ocet balsamiczny, pietruszka zielona, cukier, cebula czerwona ) woda mineralna (250 ml)</p> <p style="text-align: right;"><b>Energia: [ 754]</b></p>
<b>Środa</b>  8.11	<p><b>Zupa brokułowa z grzankami ( 350 ml)</b> -( porcja rosółowa z kurczaka, <b>seler</b>, pietruszka, brokuły, ziemniaki, sól, pieprz, grzanki – chleb: mąka <b>pszenna</b> typ 750, mąka <b>żytnia</b> typ 720, mąka <b>pszenna</b> typ 500, sól, drożdże, mąka ziemniaczane, kwas naturalny) <b>Karczek z pieca (120 g)</b> (karczek, pieprz, sól, papryka, olej rzepakowy), <b>ziemniaki ( 150 g)</b>,( ziemniaki, <b>masło klarowane</b>, sól), <b>surówka z kapusty białej (120g)</b> (kapusta biała, marchew, cebula, koper, sól, pieprz) woda mineralna (250 ml)</p> <p style="text-align: right;"><b>Energia: [784]</b></p>
<b>Czwartek</b>  9.11	<p><b>Zupa grysikowa (350 ml)</b>, (kurczak, porcja z kaczki, woda, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, pieprz, sól, lubczyk, natka pietruszki, por, woda, kasza manna). <b>Gulasz meksykański z makaronem (200g)</b> (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 <b>sojowy</b>, przyprawy, <b>gorczyca</b>, boczek – mięso wieprzowe, woda, makaron - mąka <b>pszenna</b>, mąka z <b>pszenicy durum</b> 100%, woda, <b>jaja</b>) woda mineralna (250 ml)</p> <p style="text-align: right;"><b>Energia: [ 706 ]</b></p>
<b>Piątek</b>  10.11	<p><b>Zupa pomidorowa z makaronem (350 ml)</b> porcja rosółowa z kurczaka, woda, pieprz, sól, marchew pietruszka, por, koncentrat pomidorowy, <b>śmietana 15%</b>, koper, makaron- mąka z <b>pszenicy durum</b> 100%, <b>jaja</b> kurze, woda) <b>Jajko w sosie koperkowym (120 g)</b> (jaja, woda, pieprz, sól, mąka <b>pszenna</b>, <b>śmietana 15%</b>, ziele angielskie, koper,) <b>ziemniaki (150 g)</b> (ziemniaki, koper, <b>masło klarowane</b>, sól) <b>fasolka szparagowa (120 g)</b> (szparaga, <b>masło klarowane</b> 82%, bułka tarta) woda mineralna (250 ml)</p> <p style="text-align: right;"><b>Energia: [ 710 ]</b></p>



<i>Dni tygodnia</i>	<i>Obiad dwudaniowy</i>
<b>Poniedziałek</b>  <b>13.11</b>	<b>Krupnik zabielały z ziemniakami (350 ml)</b> (porcja rosółowa z kurczaka, woda, ziemniaki, pieprz, sól, marchew, pietruszka, por, kasza wiejska, pietruszka zielona, <b>śmietana 15%</b> ,) <b>Leczo (200g)</b> ( cukinia, papryka czerwona, pomidor,, marchew, cebula, koncentrat pomidorowy, kiełbasa - kiełbasa toruńska – mięso wieprzowe, woda, mięso wołowe 9%, skrobia, sól, błonnik <b>sojowy</b> , przyprawy, <b>gorczyca</b> , boczek – mięso wieprzowe, woda ) <b>Bułka zwykła</b> (mąka pszenna typ 650, woda, drożdże, sól, cukier) woda mineralna ( 250 ml)  <b>Energia: [ 744]</b>
<b>Wtorek</b>  <b>14.11</b>	<b>Zupa rosół z makaronem (350 ml)</b> , kurczak, porcja rosółowa z kaczki, woda, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , pieprz, sól, lubczyk, natka pietruszki, por, makaron - mąka <b>pszenna</b> , mąka z <b>pszenicy durum 100%</b> , woda, <b>jaja</b> ) <b>Kotlet mielony (120 g)</b> (mięso mielone z szynki, czosnek, pieprz, sól, przyprawa do mięsa wieprzowego, <b>jaja</b> , mąka <b>pszenna</b> , chleb <b>pszenny</b> , cebula), <b>ziemniaki ( 150 g)</b> ,( ziemniaki, <b>masło klarowane</b> , sól), <b>kapusta biała zasmażana( 120 g)</b> (kapusta biała, marchew, cebula, kminek, pieprz, sól, boczek wędzony, smalec, mąka <b>pszenna</b> ) woda mineralna ( 250 ml)  <b>Energia: [ 822]</b>
<b>Środa</b>  <b>15.11</b>	<b>Zupa jarzynowa z ziemniakami (350 ml)</b> -( porcja rosółowa z kurczaka, marchew, fasolka, <b>seler</b> , pietruszka, por, ziemniaki, sól, pieprz, <b>śmietana 15%</b> ) <b>Gulasz wieprzowy (120 ml)</b> (karczek, cebula, bazylią, liść laurowy, ziele angielskie, mąka <b>pszenna</b> , woda, olej rzepakowy), <b>kasza wiejska (150 g)</b> (kasza wiejska, woda, sól), <b>sałatka szwedzka (120g)</b> (ogórki, woda, ocet spirytusowy, cukier, sól przyprawy) woda mineralna ( 250 ml)  <b>Energia: [ 818]</b>
<b>Czwartek</b>  <b>16.11</b>	<b>Zupa rosolnik (350 ml)</b> , ( porcja rosółowa z kurczaka, woda, marchew, pietruszka, por, <b>seler</b> , lubczyk, cebula, pietruszka zielona, pieprz, sól) <b>Podudzie z kurczaka (120 g)</b> (podudzie z kurczaka, sól, pieprz, przyprawa do drobiu, papryka), <b>ziemniaki (150 g)</b> - ( ziemniaki, <b>masło klarowane</b> , sól), <b>surówka marchewka z jabłkiem ( 120g)</b> ( marchew, jabłko, cytryna, cukier) woda mineralna ( 250 ml)  <b>Energia: [823]</b>
<b>Piątek</b>  <b>17.11</b>	<b>Barszcz czerwony zabielały z ziemniakami ( 350 ml)</b> ( porcja rosółowa z kurczaka, burak czerwony, marchew, ziemniaki, pietruszka, por, sól, pieprz, cebula, sól, <b>śmietana 15%</b> ) <b>Ryż z musem jabłkowym (200 g)</b> ( ryż, sól, jabłka, cukier, <b>masło klarowane</b> )  woda mineralna (250 ml)  <b>Energia: [ 677 ]</b>



**Sekret Smaku**

SPÓŁDZIELNIA SOCJALNA

JADŁOSPIS

Młodzież od 11 do 16 lat

od dnia 20.11.2023r. - do dnia 24.11.2023r.

<i>Dni tygodnia</i>	<i>Obiad dwudaniowy</i>
<b>Poniedziałek</b>  <b>20.11</b>	<b>Zupa koperkowa z ryżem (350 ml)</b> , - (kurczak, woda, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , pieprz, sól, lubczyk, natka pietruszki, por, <b>śmietana 15%</b> , woda, ryż) <b>Łazanki z kapustą, kiełbasą i boczkiem (200 g)</b> (kapusta młoda, <b>olej kujawski</b> , kiełbasa toruńska – mięso wieprzowe, woda, mięso wołowe 9%, skrobia, sól, błonnik <b>sojowy</b> , przyprawy, <b>gorczyca</b> , makaron łazanka – mąka <b>pszenna</b> , <b>jaja</b> , woda) woda mineralna (250 ml)  <b>Energia: [ 702 ]</b>
<b>Wtorek</b>  <b>21.11</b>	<b>Rosół z makaronem (350 ml)</b> , kurczak, porcja rosółowa z kaczki, woda, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , pieprz, sól, lubczyk, natka pietruszki, por, makaron - mąka <b>pszenna</b> , mąka z <b>pszenicy durum 100%</b> , woda, <b>jaja</b> ) <b>Schab (120g) w sosie własnym</b> ( schab, sól, pieprz, olej, mąka <b>pszenna</b> ), <b>ziemniaki ( 150 g)</b> ,( ziemniaki, <b>masło klarowane</b> , sól), <b>buraczki z chrzanem (120 g)</b> (buraki czerwone, chrzan, sól, cukier, sok z cytryny) woda mineralna ( 250 ml)  <b>Energia: [ 816 ]</b>
<b>Środa</b>  <b>22.11</b>	<b>Zupa grysikowa (350 ml)</b> , (kurczak, porcja z kaczki, woda, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , pieprz, sól, lubczyk, natka pietruszki, por, woda, kasza manna). <b>Kotlet drobiowy (120 g)</b> ( filet drobiowy, przyprawa do drobiu, pieprz, sól, papryka, <b>jaja</b> , bułka tarta <b>pszenna</b> , olej rzepakowy), <b>ziemniaki ( 150 g)</b> ,( ziemniaki, <b>masło klarowane</b> , sól) <b>mizeria (120 g)</b> (ogórek zielony, <b>śmietana 12%</b> , <b>jogurt naturalny</b> , sól, pieprz) woda mineralna ( 250 ml)  <b>Energia: [ 799 ]</b>
<b>Czwartek</b>  <b>23.11</b>	<b>Barszcz ukraiński (350 ml)</b> - (porcja rosółowa z kurczaka, burak czerwony, marchew, pietruszka, por, sól, pieprz, cebula, ziemniaki, sól) <b>Pulpety w sosie własnym (120 g)</b> (łopatka wieprzowa, cebula, bazylija, liść laurowy, ziele angielskie, mąka <b>pszenna</b> , bułka tarta, jaja kurze, woda, olej rzepakowy, śmietana 30 %), <b>ryż (150 g)</b> – ryż paraboliczny, sól, <b>surówka z kapusty pekińskiej jabłka i marchewki (120 g)</b> (kapusta pekińska, sól, pieprz, sos włoski, oliwa)  woda mineralna ( 250 ml)  <b>Energia: [ 783 ]</b>
<b>Piątek</b>  <b>24.11</b>	<b>Zupa pieczarkowa z makaronem (350 ml)</b> ((porcja rosółowa z kurczaka, pieczarki, marchew, pietruszka, por, sól, pieprz, <b>śmietana 30%</b> , , makaron - mąka <b>pszenna</b> , mąka z <b>pszenicy durum 100%</b> , woda, <b>jaja</b> ) <b>Ryba z pieca (120)</b> ( filet rybny z morszczuka argentyńskiego 95%, woda, sól, cytryna) <b>ziemniaki (150 g)</b> (ziemniaki, koper, <b>masło klarowane</b> , sól) <b>brokuły na parze (120 g)</b> (brokuły, <b>masło klarowane 82%</b> , bułka tarta) woda mineralna ( 250 ml)  <b>Energia: [ 664 ]</b>

Jadłospis może ulec niewielkim zmianom.

**Życzymy smacznego!!!**



<i>Dni tygodnia</i>	<i>Obiad dwudaniowy</i>
<b>Poniedziałek</b>  <b>27.11</b>	<b>Krupnik (300 ml)</b> (porcja rosółowa z kurczaka, woda, ziemniaki, pieprz, sól, marchew, pietruszka, por, kasza wiejska, pietruszka zielona, <b>Fasolka po bretońsku (150 g)</b> (groch jasek, marchew, cebula, koncentrat pomidorowy, mięso wieprzowe z topatki, kiełbasa - kiełbasa toruńska – mięso wieprzowe, woda, mięso wołowe 9%, skrobia, sól, błonnik <b>sojowy</b> , przyprawy, <b>gorczyca</b> , boczek – mięso wieprzowe, woda ) woda mineralna ( 200 ml)  <b>Energia: [ 691 ]</b>
<b>Wtorek</b>  <b>28.11</b>	<b>Barszcz czerwony z groszkiem ptysiowym ( 300 ml) -</b> ( porcja rosółowa z kurczaka, pieczarki, marchew, pietruszka, por, sól, pieprz, groszek ptysiowy - mąka <b>pszenna</b> , woda, <b>jaja</b> , olej roślinny, sól) <b>Rumsztyki z cebulą (100 g)</b> (mięso mielone z szynki, czosnek, pieprz, sól, przyprawa do mięsa wieprzowego, <b>jaja</b> , mąka <b>pszenna</b> , chleb <b>pszenny</b> , cebula) <b>ziemniaki ( 120 g)</b> (ziemniaki, <b>masło klarowane</b> , sól), <b>surówka colesław (90g)</b> (kapusta biała, marchew, cebula, koper, sól, pieprz) woda mineralna (200 ml)  <b>Energia: [ 705 ]</b>
<b>Środa</b>  <b>29.11</b>	<b>Rosół z zacierką (300 ml)</b> kurczak, woda, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , pieprz, sól, lubczyk, natka pietruszki, por, mąka <b>pszenna</b> , mąka z <b>pszenicy durum 100%</b> , woda, <b>jaja</b> ) <b>Gulasz z indyka (100g)</b> (mięso z indyka, sól, pieprz, olej rzepakowy, mąka <b>pszenna</b> , śmietana) <b>kasza wiejska (120 g)</b> (kasza wiejska, woda, sól) <b>marchew z groszkiem (90g)</b> (marchew, groszek zielony, sól, <b>masło klarowane</b> ) woda mineralna (200 ml)  <b>Energia: [ 799 ]</b>
<b>Czwartek</b>  <b>30.11</b>	<b>Zupa ogórkowa z ryżem (300 g)</b> ( porcja rosółowa z kurczaka, marchew, pietruszka, por, <b>seler</b> , ogórek kiszony, cebula, pietruszka zielona, pieprz, woda, sól, <b>śmietana 15%</b> , ziemniaki) <b>Kotlet schabowy ( 100 g) -</b> ( schab b/k, przyprawa do mięsa, pieprz, sól, papryka, <b>jaja</b> , bułka tarta <b>pszenna</b> , olej rzepakowy) <b>ziemniaki ( 120 g)</b> (ziemniaki, <b>masło klarowane</b> , sól), <b>surówka z kapusty pekińskiej (120 g)</b> (kapusta pekińska, sól, pieprz, sos włoski, oliwa) woda mineralna (200 ml)  <b>Energia: [ 815 ]</b>
<b>Piątek</b>  <b>1.12</b>	<b>Zupa ziemniaczana zasmażana( 300 ml),</b> ( porcja rosółowa z kurczaka, marchew, pietruszka, por, majeranek, sól, pieprz, ziemniaki, bazylija, mąka <b>pszenna</b> ) <b>Knedle z truskawkami (150g)</b> (ziemniaki, mąka <b>pszenna</b> , mąka z <b>pszenicy durum 100%</b> , <b>jaja</b> , woda, sól, farsz – truskawki mrożone, <b>masło klarowane</b> ) woda mineralna (200 ml)  <b>Energia: [ 750 ]</b>