



| <i>dni tygodnia</i> | <i>Obiad dwudaniowy</i> |
|---|--|
| Poniedziałek 30.09 | Krupnik zabieleny z ziemniakami (300 ml) (porcja rosółowa z kurczaka, woda, ziemniaki, pieprz, sól, marchew, pietruszka, por, kasza wiejska, pietruszka zielona, śmietana 15%), Fasolka po bretońsku (150g) (groch jasek, 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: [642] |
| Wtorek 1.10 | 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 własnym (100g) (łopatka wieprzowa, cebula, bazylia, liść laurowy, ziele angielskie, mąka pszenna , bułka tarta, jaja kurze, woda, olej rzepakowy, śmietana 30 %) ziemniaki (120 g) , (ziemniaki, masło klarowane , sól), mizeria (90 g) (ogórek zielony, śmietana 12%, jogurt naturalny, sól, pieprz) woda mineralna (200 ml) Energia: [814] |
| Środa 2.10 | 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 marchewka z jabłkiem (90g) (marchew, jabłko, cytryna, cukier) woda mineralna (200 ml) Energia: [795] |
| Czwartek 3.10 | Zupa jarzynowa z makaronem (300 ml) (porcja rosółowa z kurczaka, marchew, fasolka, seler , pietruszka, por, ziemniaki, sól, pieprz, śmietana 15%, makaron - mąka pszenna, mąka z pszenicy durum 100%, jajka kurze, sól) Gołąbki w sosie pomidorowym (150 g) (mięso mielone z szynki, cebula, pieprz, sól, ryż, przyprawa do mięsa wieprzowego, kapusta, mąka pszenna , koncentrat pomidorowy) woda mineralna (200 ml) Energia: [522] |
| Piątek 4.10 | Zupa ziemniaczana zasmażana (300 ml) (porcja rosółowa z kurczaka, marchew, pietruszka, por, majeranek, sól, pieprz, ziemniaki, bazylia, mąka pszenna) Knedle z truskawkami (150g) (ziemniaki, mąka pszenna , mąka z pszenicy durum 100% , jaja , woda, sól, farsz – truskawki mrożone) woda mineralna (200 ml) Energia: [632] |



Sekret Smaku
SPÓŁDZIELNIA SOCJALNA

JADŁOSPIS
Dzieci od 6 do 10 lat
od dnia 07.10.2024r. - do dnia 11.10.2024r.

| <i>Dni tygodnia</i> | <i>Obiad dwudaniowy</i> |
|--|---|
| Poniedziałek 7.10 | Kapuśniak z boczkiem i ziemniakami (300 ml) (kapusta kiszona, kapusta biała, marchew, pietruszka, por, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, cebula, ziemniaki, (boczek , kiełbasa śląska – mięso wieprzowe, woda, mięso wołowe 9%, skrobia, sól, błonnik sojowy , przyprawy, gorczyca), koncentrat pomidorowy, 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: [599] |
| Wtorek 8.10 | Zupa rosół z makaronem (300 ml) , <i>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</i> Schab (100g) w sosie własnym (schab, sól, pieprz, olej, mąka pszenna) ziemniaki (120 g) ,(<i>ziemniaki, masło klarowane, sól</i>), buraczki z chrzanem (90 g) (buraki czerwone, chrzan, sól, cukier, sok z cytryny) woda mineralna (200 ml) Energia: [759] |
| Środa 9.10 | Zupa ogórkowa z ryżem (300 ml) (porcja rosółowa z kurczaka, marchew, pietruszka, por, seler , ogórek kiszony, cebula, pietruszka zielona, pieprz, woda, sól, śmietana 15% , ryż) Podudzie z kurczaka (100 g) (podudzie z kurczaka, sól, pieprz, przyprawa do drobiu, papryka) ziemniaki (120 g) (<i>ziemniaki, masło klarowane, sól</i>), surówka z kapusty białej z warzywami (90 g) (<i>kapusta biała, marchew, papryka czerwona, ogórek, cebula, , pieprz, sól</i>) woda mineralna (200 ml) Energia: [742] |
| Czwartek 10.10 | Zupa kalafiorowa z ziemniakami (300 ml) (porcja rosółowa z kurczaka, marchew, kalafior, seler , pietruszka, por, ziemniaki, sól, pieprz, śmietana 15%) Pulpety w sosie pomidorowym (100 g) (łopatka wieprzowa, cebula, bazylia, liść laurowy, ziele angielskie, mąka pszenna , bułka tarta, jaja kurze, woda, olej rzepakowy, przecier pomidorowy, śmietana 30 %) ryż (120 g) (ryż paraboliczny, sól) sałatka szwedzka (90g) (ogórki, woda, ocet spirytusowy, cukier, sól przyprawy) woda mineralna (200 ml) Energia: [766] |
| Piątek 11.10 | Zupa pieczarkowa z makaronem kulki (300 ml) (porcja rosółowa z kurczaka, pieczarki, marchew, pietruszka, por, sól, pieprz, śmietana 30% , , makaron - mąka pszenna , mąka z pszenicy durum 100%, woda, jaja) 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) klarowane) woda mineralna (200 ml) Energia: [624] |

Jadłospis może ulec niewielkim zmianom.

Życzymy smacznego!!!



Sekret Smaku
SPÓŁDZIELNIA SOCJALNA

JADŁOSPIS

Dzieci od 6 do 10 lat

od dnia 14.10.2024r. - do dnia 18.10.2024r.

Dni tygodnia

Obiad dwudaniowy

Poniedziałek

14.10

Dzień Nauczyciela

Wtorek

15.10

Rosół z makaronem (300 ml) kurczak, woda, marchew, pietruszka, **seler**, pieprz, sól, lubczyk, natka pietruszki, por, mąka **pszenna**, mąka z **pszenicy durum 100%**, woda, **jaja**)
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***),
surówka marchewka z jabłkiem i chrzanem (90g) (marchew, jabłko, chrzan, cytryna, cukier)
woda mineralna (200 ml)

Energia: [799]

Środa

16.10

Barszcz ukraiński (300 ml) (porcja rosółowa z kurczaka, burak czerwony, marchew, pietruszka, por, sól, pieprz, cebula, ziemniaki, sól, **śmietana 15%**)
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: [747]

Czwartek

17.10

Pomidorowa z makaronem (300 ml) (porcja rosółowa z kurczaka, woda, pieprz, sól, marchew, pietruszka, por, koncentrat pomidorowy, **śmietana 15%**, koper, **mąka pszenna** , sól)
Rumsztyki z cebulą (100g) (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 z selera z rodzynkami (90g) (seler, rodzynki, woda, jogurt naturalny, ocet spirytusowy, cukier, sól przyprawy)
woda mineralna (200 ml)

Energia: [789]

Piątek

18.10

Zupa grochowa z ziemniakami (300 ml) (porcja rosółowa, groch omielany, marchew, pietruszka, por, mąka pszenna, sól, pieprz, natka pietruszki, ziemniaki, majeranek,)
Ryż z musem jabłkowym (150g) (ryż, sól, jabłka, cukier, **masło klarowane**)
woda mineralna (200 ml)

Energia: [594]

Jadłospis może ulec niewielkim zmianom.

Życzymy smacznego!!!



| <i>Dni tygodnia</i> | <i>Obiad dwudaniowy</i> |
|---|--|
| Poniedziałek 21.10 | 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 ziemniaczana, kwas naturalny) Kartacze z mięsem (150 g) (ziemniaki, mąka ziemniaczana, mąka pszenna , jaja , woda, sól, farsz – mięso wieprzowe, cebula, sól, pieprz) woda mineralna (200 ml) Energia: [639] |
| Wtorek 22.10 | 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), cebula, koper, sól, pieprz), salsa buraczana (90 g) (buraki, ocet balsamiczny, pietruszka zielona, cukier, cebula czerwona) woda mineralna (200 ml) Energia: [752] |
| Środa 23.10 | Krupnik (300 ml) (porcja rosółowa z kurczaka, woda, ziemniaki, pieprz, sól, marchew, pietruszka, por, kasza wiejska, pietruszka zielona,) Karczek z pieca (100 g) (karczek, pieprz, sól, papryka, 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: [799] |
| Czwartek 24.10 | Zupa jarzynowa z ziemniakami (300 ml) (porcja rosółowa z kurczaka, marchew, fasolka, seler , pietruszka, por, ziemniaki, sól, pieprz, śmietana 15%) 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: [777] |
| Piątek 25.10 | Zupa grysikowa (300 ml) (kurczak, porcja z kaczki, woda, marchew, pietruszka, seler , pieprz, sól, lubczyk, natka pietruszki, por, woda, kasza manna). Ryba panierowana (100g) (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: [694] |



Sekret Smaku
SPÓŁDZIELNIA SOCJALNA

JADŁOSPIS

Dzieci od 6 do 10 lat

od dnia 28.10.2024r. - do dnia 01.11.2024r.

| <i>Dni tygodnia</i> | <i>Obiad dwudaniowy</i> |
|---|---|
| Poniedziałek 28.10 | Zupa rosolnik (300 ml) (porcja rosółowa z kurczaka, woda, marchew, pietruszka, por, seler , lubczyk, cebula, pietruszka zielona, pieprz, sól) 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: [618] |
| Wtorek 29.10 | 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) Gulasz wieprzowy (100g) (mięso wieprzowe, sól, pieprz, olej rzepakowy, mąka pszenna , śmietana) kasza wiejska (120 g) (kasza wiejska, woda, sól) warzywa z pieca (90g) (marchew, brokuł, kalafior, fasola szparagowa, masło klarowane) woda mineralna (200 ml) Energia: [808] |
| Środa 30.10 | 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: [779] |
| Czwartek 31.10 | Zupa ziemniaczana zasmażana (300 ml) (porcja rosółowa z kurczaka, marchew, pietruszka, por, majeranek, sól, pieprz, ziemniaki, bazylija, mąka pszenna) Gołąbki w sosie pomidorowym (150 g) (mięso mielone z szynki, cebula, pieprz, sól, ryż, przyprawa do mięsa wieprzowego, kapusta, mąka pszenna , koncentrat pomidorowy) woda mineralna (200 ml) Energia: [599] |
| Piątek 1.11 | <h1>Uroczystość Wszystkich Świętych</h1> |

Jadłospis może ulec niewielkim zmianom

Życzymy smacznego!!!



| <i>dni tygodnia</i> | <i>Obiad dwudaniowy</i> |
|---|---|
| Poniedziałek 30.09 | Krupnik zabieleny z ziemniakami (350 ml) (porcja rosółowa z kurczaka, woda, ziemniaki, pieprz, sól, marchew, pietruszka, por, kasza wiejska, pietruszka zielona, śmietana 15%), Fasolka po bretońsku (200g) (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 (250 ml) Energia: [692] |
| Wtorek 1.10 | 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 własnym (150g) (łopatka wieprzowa, cebula, bazylia, liść laurowy, ziele angielskie, mąka pszenna , bułka tarta, jaja kurze, woda, olej rzepakowy, śmietana 30 %) ziemniaki (150 g) , (ziemniaki, masło klarowane , sól), mizeria (120 g) (ogórek zielony, śmietana 12%, jogurt naturalny, sól, pieprz) woda mineralna (250 ml) Energia: [854] |
| Środa 2.10 | 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 (150 g) , (ziemniaki, masło klarowane , sól), surówka marchewka z jabłkiem (120g) (marchew, jabłko, cytryna, cukier) woda mineralna (250 ml) Energia: [825] |
| Czwartek 3.10 | Zupa jarzynowa z makaronem (350 ml) (porcja rosółowa z kurczaka, marchew, fasolka, seler , pietruszka, por, ziemniaki, sól, pieprz, śmietana 15%, makaron - mąka pszenna, mąka z pszenicy durum 100%, jajka kurze, sól) Gołąbki w sosie pomidorowym (200 g) (mięso mielone z szynki, cebula, pieprz, sól, ryż, przyprawa do mięsa wieprzowego, kapusta, mąka pszenna , koncentrat pomidorowy) woda mineralna (250 ml) Energia: [600] |
| Piątek 4.10 | Zupa ziemniaczana zasmażana (350 ml) (porcja rosółowa z kurczaka, marchew, pietruszka, por, majeranek, sól, pieprz, ziemniaki, bazylia, mąka pszenna) Knedle z truskawkami (200g) (ziemniaki, mąka pszenna , mąka z pszenicy durum 100% , jaja , woda, sól, farsz – truskawki mrożone) woda mineralna (250 ml) Energia: [669] |



Sekret Smaku
SPÓŁDZIELNIA SOCJALNA

JADŁOSPIS

Młodzież od 11 do 16 lat

od dnia 07.10.2024r. - do dnia 11.10.2024r.

| <i>Dni tygodnia</i> | <i>Obiad dwudaniowy</i> |
|--|--|
| Poniedziałek 7.10 | Kapuśniak z boczkiem i ziemniakami (350 ml) (kapusta kiszona, kapusta biała, marchew, pietruszka, por, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, cebula, ziemniaki, (boczek , kiełbasa śląska – mięso wieprzowe, woda, mięso wołowe 9%, skrobia, sól, błonnik sojowy , przyprawy, gorczyca), koncentrat pomidorowy, Makaron z serem (200g) (makaron kokardki – mąka pszenna , mąka z pszenicy durum 100%, jaja , woda, sól, twaróg półtusty , cukier, masło klarowane) woda mineralna (250 ml) Energia: [603] |
| Wtorek 8.10 | Zupa rosół z makaronem (350 ml) , <i>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</i> Schab (120g) w sosie własnym (schab, sól, pieprz, olej, mąka pszenna) ziemniaki (150 g) ,(<i>ziemniaki, masło klarowane, sól</i>), buraczki z chrzanem (120 g) (buraki czerwone, chrzan, sól, cukier, sok z cytryny) woda mineralna (250 ml) Energia: [841] |
| Środa 9.10 | Zupa ogórkowa z ryżem (350 ml) (porcja rosółowa z kurczaka, marchew, pietruszka, por, seler , ogórek kiszony, cebula, pietruszka zielona, pieprz, woda, sól, śmietana 15% , ryż) Podudzie z kurczaka (120 g) (podudzie z kurczaka, sól, pieprz, przyprawa do drobiu, papryka) ziemniaki (150 g) (<i>ziemniaki, masło klarowane, sól</i>), surówka z kapusty białej z warzywami (120 g) (<i>kapusta biała, marchew, papryka czerwona, ogórek, cebula, , pieprz, sól</i>) woda mineralna (250 ml) Energia: [798] |
| Czwartek 10.10 | Zupa kalafiorowa z ziemniakami (350 ml) (porcja rosółowa z kurczaka, marchew, kalafior, seler , pietruszka, por, ziemniaki, sól, pieprz, śmietana 15%) Pulpety w sosie pomidorowym (120 g) (łopatka wieprzowa, cebula, bazylia, liść laurowy, ziele angielskie, mąka pszenna , bułka tarta, jaja kurze, woda, olej rzepakowy, przecier pomidorowy, śmietana 30 %) ryż (150 g) (ryż paraboliczny, sól) sałatka szwedzka (120g) (ogórki, woda, ocet spirytusowy, cukier, sól przyprawy) woda mineralna (250 ml) Energia: [801] |
| Piątek 11.10 | Zupa pieczarkowa z makaronem kulki (350 ml) (porcja rosółowa z kurczaka, pieczarki, marchew, pietruszka, por, sól, pieprz, śmietana 30% , , makaron - mąka pszenna , mąka z pszenicy durum 100%, woda, jaja) 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) klarowane) woda mineralna (250 ml) Energia: [697] |

Jadłospis może ulec niewielkim zmianom.

Życzymy smacznego!!!



Sekret Smaku

SPÓŁDZIELNIA SOCJALNA

JADŁOSPIS

Młodzież od 11 do 16 lat

od dnia 14.10.2024r. - do dnia 18.10.2024r.

Dni tygodnia

Obiad dwudaniowy

Poniedziałek

14.10

Dzień Nauczyciela

Wtorek

15.10

Rosół z makaronem (350 ml) kurczak, woda, marchew, pietruszka, **seler**, pieprz, sól, lubczyk, natka pietruszki, por, mąka **pszenna**, mąka z **pszenicy durum 100%**, woda, **jaja**)
Kotlet schabowy (120 g) - (schab b/k, przyprawa do mięsa, pieprz, sól, papryka, **jaja**, bułka tarta **pszenna**, olej rzepakowy)
ziemniaki (150 g),(*ziemniaki, **masło klarowane, sól***),
surówka marchewka z jabłkiem i chrzanem (120g) (marchew, jabłko, chrzan, cytryna, cukier)
woda mineralna (250 ml)

Energia: [825]

Środa

16.10

Barszcz ukraiński (350 ml) (porcja rosółowa z kurczaka, burak czerwony, marchew, pietruszka, por, sól, pieprz, cebula, ziemniaki, sól, **śmietana 15%**)
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: [794]

Czwartek

17.10

Pomidorowa z makaronem (350 ml) (porcja rosółowa z kurczaka, woda, pieprz, sól, marchew, pietruszka, por, koncentrat pomidorowy, **śmietana 15%**, koper, **mąka pszenna** , sól)
Rumsztyki z cebulą (120g) (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 z selera z rodzynkami (120g) (seler, rodzynki, woda, jogurt naturalny, ocet spirytusowy, cukier, sól przyprawy)
woda mineralna (250 ml)

Energia: [817]

Piątek

18.10

Zupa grochowa z ziemniakami (350 ml) (porcja rosółowa, groch omielany, marchew, pietruszka, por, mąka pszenna, sól, pieprz, natka pietruszki, ziemniaki, majeranek,)
Ryż z musem jabłkowym (200g) (ryż, sól, jabłka, cukier, **masło klarowane**)
woda mineralna (250 ml)

Energia: [614]

Jadłospis może ulec niewielkim zmianom.

Życzymy smacznego!!!



| <i>Dni tygodnia</i> | <i>Obiad dwudaniowy</i> |
|---|--|
| Poniedziałek 21.10 | 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 ziemniaczana, kwas naturalny) Kartacze z mięsem (200 g) (ziemniaki, mąka ziemniaczana, mąka pszenna , jaja , woda, sól, farsz – mięso wieprzowe, cebula, sól, pieprz) woda mineralna (250 ml) Energia: [690] |
| Wtorek 22.10 | Rosół z makaronem (350 ml) , <i>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</i> Filet drobiowy w sosie pieczarkowym (120 g) (filet drobiowy, przyprawa do drobiu, pieprz, sól, papryka, pieczarki, mąka pszenna , olej rzepakowy) ziemniaki (150 g) ,(<i>ziemniaki, masło klarowane, sól</i>), cebula, koper, sól, pieprz), salsa buraczana (120 g) (buraki, ocet balsamiczny, pietruszka zielona, cukier, cebula czerwona) woda mineralna (250 ml) Energia: [790] |
| Środa 23.10 | Krupnik (350 ml) (porcja rosółowa z kurczaka, woda, ziemniaki, pieprz, sól, marchew, pietruszka, por, kasza wiejska, pietruszka zielona,) Karczek z pieca (120 g) (karczek, pieprz, sól, papryka, olej rzepakowy) ziemniaki (150 g) (ziemniaki, masło klarowane , sól) surówka z kapusty pekińskiej (120 g) (Kapusta pekińska, sól, pieprz, sos włoski, oliwa) woda mineralna (250 ml) Energia: [815] |
| Czwartek 24.10 | Zupa jarzynowa z ziemniakami (350 ml) (porcja rosółowa z kurczaka, marchew, fasolka, seler , pietruszka, por, ziemniaki, sól, pieprz, śmietana 15%) 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: [806] |
| Piątek 25.10 | Zupa grysikowa (350 ml) (kurczak, porcja z kaczki, woda, marchew, pietruszka, seler , pieprz, sól, lubczyk, natka pietruszki, por, woda, kasza manna). Ryba panierowana (120g) (filet rybny z morszczuka argentyńskiego 95%, woda 5%, jajko, mąka pszenna, bułka tarta) ziemniaki (150 g) (ziemniaki, masło klarowane , sól) surówka z kiszanej kapusty (120g) (kiszona kapusta, marchewka, cebula, olej rzepakowy, cukier, pieprz, sól) woda mineralna (250 ml) Energia: [724] |



Sekret Smaku
SPÓŁDZIELNIA SOCJALNA

JADŁOSPIS
Młodzież od 11 do 16 lat
od dnia 28.10.2024r. - do dnia 01.11.2024r.

| <i>Dni tygodnia</i> | <i>Obiad dwudaniowy</i> |
|---|--|
| Poniedziałek 28.10 | Zupa rosolnik (350 ml) (porcja rosółowa z kurczaka, woda, marchew, pietruszka, por, seler , lubczyk, cebula, pietruszka zielona, pieprz, sól) 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) Bułka zwykła (mąka pszenna typ 650, woda, drożdże, sól, cukier) woda mineralna (250 ml) Energia: [668] |
| Wtorek 29.10 | 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) Gulasz wieprzowy (120g) (mięso wieprzowe, sól, pieprz, olej rzepakowy, mąka pszenna , śmietana) kasza wiejska (150 g) (kasza wiejska, woda, sól) warzywa z pieca (120g) (marchew, brokuł, kalafior, fasola szparagowa, masło klarowane) woda mineralna (250 ml) Energia: [851] |
| Środa 30.10 | 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: [793] |
| Czwartek 31.10 | Zupa ziemniaczana zasmażana (350 ml) (porcja rosółowa z kurczaka, marchew, pietruszka, por, majeranek, sól, pieprz, ziemniaki, bazylia, mąka pszenna) Gołąbki w sosie pomidorowym (200 g) (mięso mielone z szynki, cebula, pieprz, sól, ryż, przyprawa do mięsa wieprzowego, kapusta, mąka pszenna , koncentrat pomidorowy) woda mineralna (250 ml) Energia: [638] |
| Piątek 1.11 | <h1>Uroczystość Wszystkich Świętych</h1> |

Jadłospis może ulec niewielkim zmianom

Życzymy smacznego!!!