



<i>dni tygodnia</i>	<i>Obiad dwudaniowy</i>
Poniedziałek 4.11	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: [599]
Wtorek 5.11	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) 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 %) kasza wiejska (120 g) (kasza wiejska, woda, sól) sałatka szwedzka (90g) (ogórki, woda, ocet spirytusowy, cukier, sól przyprawy) woda mineralna (200 ml) Energia: [654]
Środa 6.11	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), surówka z selera z rodzynkami (90g) (seler, rodzynki, woda, jogurt naturalny, ocet spirytusowy, cukier, sól przyprawy) woda mineralna (200 ml) Energia: [705]
Czwartek 7.11	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) 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: [662]
Piątek 8.11	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: [589]



Sekret Smaku

SPÓŁDZIELNIA SOCJALNA

JADŁOSPIS

Dzieci od 6 do 10 lat

od dnia 11.11.2024r. - do dnia 15.11.2024r.

Dni tygodnia

Obiad dwudaniowy

Poniedziałek

11.11

Narodowe Święto Niepodległości

Wtorek

12.11

Kapuśniak z kielbasą i ziemniakami (300 ml) (kapusta kiszona, kapusta biała, marchew, pietruszka, por, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, cebula, ziemniaki, (**boczek, kielbasa śląska** – mięso wieprzowe, woda, mięso wołowe 9%, skrobia, sól, błonnik **sojowy**, przyprawy, **gorczyca**), koncentrat pomidorowy,)
Knedle z truskawkami (150g) (ziemniaki, mąka **pszenna**, mąka z **pszenicy durum 100%**, **jaja**, woda, sól, farsz – truskawki mrożone)
woda mineralna (200 ml)

Energia: [590]

Środa

13.11

Krupnik (300 ml) (porcja rosółowa z kurczaka, woda, ziemniaki, pieprz, sól, marchew, pietruszka, por, kasza wiejska, pietruszka zielona,)
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)
mizeria (900 g) (ogórek zielony, **śmietana 12%**, **jogurt naturalny**, sól, pieprz)
woda mineralna (200 ml)

Energia: [676]

Czwartek

14.11

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)
Gulasz meksykański z makaronem (150g) (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, MAKARON ŚWIDERKI - mąka pszenna, mąka z pszenicy durum 100%, **jaja**, woda, sól)
spirytusowy, cukier, sól przyprawy)
woda mineralna (200 ml)

Energia: [704]

Piątek

15.11

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**)
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: [595]

Jadłospis może ulec niewielkim zmianom.

Życzymy smacznego!!!



<i>Dni tygodnia</i>	<i>Obiad dwudaniowy</i>
<i>Poniedziałek</i> <i>18.11</i>	<p>Zupa koperkowa z ryżem (300 ml) (kurczak, woda, marchew, pietruszka, seler, pieprz, sól, lubczyk, natka pietruszki, por, śmietana 15%, woda, ryż</p> <p>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,)</p> <p>Bułka zwykła (mąka pszenna typ 650, woda, drożdże, sól, cukier) woda mineralna (200 ml)</p> <p style="text-align: right;">Energia: [639]</p>
<i>Wtorek</i> <i>19.11</i>	<p>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)</p> <p>Pulpety w sosie własnym (150g) (łopatka wieprzowa, cebula, bazylia, liść laurowy, ziele angielskie, mąka pszenna, bułka tarta, jaja kurze, woda, olej rzepakowy, śmietana 30 %)</p> <p>ziemniaki (120 g),(<i>ziemniaki</i>, masło klarowane, sól), cebula, koper, sól, pieprz),</p> <p>surówka z buraka i ogórka (90 g) (ogórek konserwowy, burak czerwony, cebula, sól, pieprz, oliwa) woda mineralna (200 ml)</p> <p style="text-align: right;">Energia: [752]</p>
<i>Środa</i> <i>20.11</i>	<p>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)</p> <p>Kotlet schabowy (130 g) - (schab b/k, przyprawa do mięsa, pieprz, sól, papryka, jaja, bułka tarta pszenna, olej rzepakowy)</p> <p>ziemniaki (120 g) (ziemniaki, masło klarowane, sól)</p> <p>kapusta biała zasmażana (90 g) (kapusta biała, marchew, cebula, kminek, pieprz, sól, boczek wędzony, smalec, mąka pszenna) woda mineralna (200 ml)</p> <p style="text-align: right;">Energia: [755]</p>
<i>Czwartek</i> <i>21.11</i>	<p>Barszcz ukraiński (300 ml) (porcja rosółowa z kurczaka, burak czerwony, marchew, pietruszka, por, sól, pieprz, cebula, ziemniaki, sól, śmietana 15%)</p> <p>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)</p> <p style="text-align: right;">Energia: [702]</p>
<i>Piątek</i> <i>22.11</i>	<p>Zupa ziemniaczana zasmażana (300 ml) (porcja rosółowa z kurczaka, marchew, pietruszka, por, majeranek, sól, pieprz, ziemniaki, bazylia, mąka pszenna)</p> <p>Ryż zapiekany z jabłkami (150g) (ryż, sól, jabłka, cukier, masło klarowane) woda mineralna (200 ml)</p> <p style="text-align: right;">Energia: [594]</p>

<i>Dni tygodnia</i>	<i>Obiad dwudaniowy</i>
<p>Poniedziałek</p> <p>25.11</p>	<p>Zupa krupnik zabieleny z ziemniakami (300 ml) (porcja rosółowa z kurczaka, woda, ziemniaki, pieprz, sól, marchew, pietruszka, por, kasza wiejska, pietruszka zielona, śmietana 15%,)</p> <p>Łazanki z kapustą, kielbasą i boczkiem (200 g) (kapusta młoda, olej kujawski, kielbasa toruńska – mięso wieprzowe, woda, mięso wołowe 9%, skrobia, sól, błonnik sojowy, przyprawy, gorczyca, makaron łazanka – mąka pszenna, jaja, woda) woda mineralna (200 ml)</p> <p style="text-align: right;">Energia: [618]</p>
<p>Wtorek</p> <p>26.11</p>	<p>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)</p> <p>Kurczak w sosie po chińsku (100 g) (filet z kurczaka, sól, pieprz, przyprawa do kurczaka, marchewka, por, czosnek, papryka czerwona, cebula),</p> <p>Ryż (120 g) (ryż paraboliczny, sól)</p> <p>Surówka z kapusty pekińskiej (90 g) (Kapusta pekińska, sól, pieprz, sos włoski, oliwa) woda mineralna (200 ml)</p> <p style="text-align: right;">Energia: [758]</p>
<p>Środa</p> <p>27.11</p>	<p>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)</p> <p>Podudzie z kurczaka (100 g) (podudzie z kurczaka, sól, pieprz, przyprawa do drobiu, papryka)</p> <p>ziemniaki (120 g) (ziemniaki, masło klarowane, sól)</p> <p>surówka marchewka z jabłkiem (90g) (marchew, jabłko, cytryna, cukier) woda mineralna (200 ml)</p> <p style="text-align: right;">Energia: [739]</p>
<p>Czwartek</p> <p>28.11</p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami (300 ml) (porcja rosółowa z kurczaka, marchew, fasolka, seler, pietruszka, por, ziemniaki, sól, pieprz, śmietana 15%)</p> <p>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)</p> <p style="text-align: right;">Energia: [615]</p>
<p>Piątek</p> <p>29.11</p>	<p>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,)</p> <p>Ryba panierowana (100g) (filet rybny z morszczuka argentyńskiego 95%, woda 5%, jajko, mąka pszenna, bułka tarta) ,</p> <p>ziemniaki (120 g) (ziemniaki, masło klarowane, sól)</p> <p>surówka z kiszonej kapusty (90g) (kiszona kapusta, marchewka, cebula, olej rzepakowy, cukier, pieprz, sól) woda mineralna (200 ml)</p> <p style="text-align: right;">Energia: [679]</p>

JADŁOSPIS

Młodzież od 11 do 16 lat

od dnia 4.11.2024r. - do dnia 08.11.2024r.

dni tygodnia	Obiad dwudaniowy
Poniedziałek 4.11	Żurek z kiebasą 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. kiełbasa 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: [599]
Wtorek 5.11	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) Pulpety w sosie pomidorowym (150 g) (łopatka wieprzowa, cebula, bazylia, liść laurowy, ziele angielskie, mąka pszenna , bułka tarta, jaja kurze, woda, olej rzepakowy, przecier pomidorowy, 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: [654]
Środa 6.11	Zupa grysikowa (300 ml) , (kurczak, porcja z kaczką, 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 selera z rodzynkami (90g) (seler, rodzynki, woda, jogurt naturalny, ocet spirytusowy, cukier, sól przyprawy) woda mineralna (200 ml) Energia: [705]
Czwartek 7.11	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) 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: [662]
Piątek 8.11	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: [589]



Sekret Smaku
SPÓŁDZIELNIA SOCJALNA

JADŁOSPIS

Młodzież od 11 do 16 lat

od dnia 11.11.2024r. - do dnia 15.11.2024r.

Dni tygodnia

Obiad dwudaniowy

Poniedziałek

11.11

Narodowe Święto Niepodległości

Wtorek

12.11

Kapuśniak z kielbasą i ziemniakami (350 ml) (kapusta kiszona, kapusta biała, marchew, pietruszka, por, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, cebula, ziemniaki, (**boczek, kielbasa śląska** – mięso wieprzowe, woda, mięso wołowe 9%, skrobia, sól, błonnik **sojowy**, przyprawy, **gorczyca**), koncentrat pomidorowy,)
Knedle z truskawkami (200g) (ziemniaki, mąka **pszenna**, mąka z **pszenicy durum 100%**, **jaja**, woda, sól, farsz – truskawki mrożone)
woda mineralna (250 ml)

Energia: [650]

Środa

13.11

Krupnik (350 ml) (porcja rosółowa z kurczaka, woda, ziemniaki, pieprz, sól, marchew, pietruszka, por, kasza wiejska, pietruszka zielona,)
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)
mizeria (120 g) (ogórek zielony, **śmietana 12%**, **jogurt naturalny**, sól, pieprz)
woda mineralna (250 ml)

Energia: [704]

Czwartek

14.11

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)
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, MAKARON ŚWIDERKI - mąka pszenna, mąka z pszenicy durum 100%, **jaja**, woda, sól)
spirytusowy, cukier, sól przyprawy)
woda mineralna (250 ml)

Energia: [741]

Piątek

15.11

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**)
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: [627]

Jadłospis może ulec niewielkim zmianom.

Życzymy smacznego!!!



<i>Dni tygodnia</i>	<i>Obiad dwudaniowy</i>
Poniedziałek 18.11	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 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,) Bułka zwykła (mąka pszenna typ 650, woda, drożdże, sól, cukier) woda mineralna (250 ml) Energia: [677]
Wtorek 19.11	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) Pulpety w sosie własnym (200g) (łopatka wieprzowa, cebula, bazylia, liść laurowy, ziele angielskie, mąka pszenna , bułka tarta, jaja kurze, woda, olej rzepakowy, śmietana 30 %) ziemniaki (150 g), (<i>ziemniaki</i> , masło klarowane , sól), cebula, koper, sól, pieprz), surówka z buraka i ogórka (90 g) (ogórek konserwowy, burak czerwony, cebula, sól, pieprz, oliwa) woda mineralna (250 ml) Energia: [772]
Środa 20.11	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) 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) kapusta biała zasmażana (120 g) (kapusta biała, marchew, cebula, kminek, pieprz, sól, boczek wędzony, smalec, mąka pszenna) woda mineralna (250 ml) Energia: [779]
Czwartek 21.11	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: [763]
Piątek 22.11	Zupa ziemniaczana zasmażana (350 ml) (porcja rosółowa z kurczaka, marchew, pietruszka, por, majeranek, sól, pieprz, ziemniaki, bazylia, mąka pszenna) Ryż zapiekany z jabłkami (200g) (ryż, sól, jabłka, cukier, masło klarowane) woda mineralna (250 ml) Energia: [614]



Sekret Smaku
SPÓŁDZIELNIA SOCJALNA

JADŁOSPIS

Młodzież od 11 do 16 lat

od dnia 25.11.2024r. - do dnia 29.11.2024r.

<i>Dni tygodnia</i>	<i>Obiad dwudaniowy</i>
Poniedziałek 25.11	Zupa 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, kielbasą i boczkiem (250 g) (kapusta młoda, olej kujawski, kielbasa toruńska – mięso wieprzowe, woda, mięso wołowe 9%, skrobia, sól, błonnik sojowy, przyprawy, gorczyca, makaron łazanka – mąka pszenna, jaja, woda) woda mineralna (250 ml) Energia: [688]
Wtorek 26.11	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) Kurczak w sosie po chińsku (120 g) (filet z kurczaka, sól, pieprz, przyprawa do kurczaka, marchewka, por, czosnek, papryka czerwona, cebula), Ryż (150 g) (ryż paraboliczny, sól) Surówka z kapusty pekińskiej (120 g) (Kapusta pekińska, sól, pieprz, sos włoski, oliwa) woda mineralna (250 ml) Energia: [784]
Środa 27.11	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: [771]
Czwartek 28.11	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: [665]
Piątek 29.11	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,) 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 kiszonej kapusty (120g) (kiszona kapusta, marchewka, cebula, olej rzepakowy, cukier, pieprz, sól) woda mineralna (250 ml) Energia: [699]