



**Sekret Smaku**  
SPÓŁDZIELNIA SOCJALNA

JADŁOSPIS

Dzieci od 6 do 10 lat

od dnia 04.09.2023r. - do dnia 08.09.2023r.

Dni tygodnia

Obiad dwudaniowy

Poniedziałek

4.09

# Rozpoczęcie Roku Szkolnego 2023 / 2024

Wtorek

5.09

**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), **buraczki z chrzanem (90 g)** (buraki czerwone, chrzan, sól, cukier, sok z cytryny)  
woda mineralna (200 ml)

Energia: [ 690 ]

Środa

6.09

**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)  
**Karczek z pieca (100 g)** (karczek, pieprz, sól, papryka, olej rzepakowy), **ziemniaki (120 g)**, (ziemniaki, **masło klarowane**, sól), **surówka colesław (90g)** (kapusta biała, marchew, cebula, koper, sól, pieprz)  
woda mineralna (200 ml)

Energia: [ 704 ]

Czwartek

7.09

**Zupa grysikowa (300 ml)**, (kurczak, porcja z kaczki, woda, marchew, pietruszka, **seler**, pieprz, sól, lubczyk, natka pietruszki, por, woda, kasza manna).  
**Gulasz meksykański z makaronem (150g)** (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 **sojowy**, przyprawy, **gorczyca**, boczek – mięso wieprzowe, woda, makaron - mąka **pszenna**, mąka z **pszenicy durum 100%**, woda, **jaja**)  
woda mineralna (200 ml)

Energia: [ 780 ]

Piątek

8.09

**Zupa pomidorowa z makaronem (300 ml)** porcja rosółowa z kurczaka, woda, pieprz, sól, marchew, pietruszka, por, koncentrat pomidorowy, **śmietana 15%**, koper, makaron- mąka z **pszenicy durum 100%**, jaja kurze, woda)  
**Jajko sadzone (100 g)** (jaja, **masło klarowane**) **ziemniaki (120 g)** (ziemniaki, koper, **masło klarowane**, sól) **fasolka szparagowa (90 g)** (szparaga, masło klarowane 82%, bułka tarta)  
woda mineralna (200 ml)

Energia: [ 694 ]

Jadłospis może ulec niewielkim zmianom

Życzymy smacznego!!!



**Sekret Smaku**  
SPÓŁDZIELNIA SOCJALNA

JADŁOSPIS

Dzieci od 6 do 10 lat

od dnia 11.09.2023r. - do dnia 15.09.2023r.

<i>Dni tygodnia</i>	<i>Obiad dwudaniowy</i>
<i>Poniedziałek</i>  <i>11.09</i>	<p><b>Krupnik zabieleny z ziemniakami (300 ml)</b> (porcja rosółowa z kurczaka, woda, ziemniaki, pieprz, sól, marchew, pietruszka, por, kasza wiejska, pietruszka zielona, <b>śmietana 15%</b>), <b>Fasolka po bretońsku (150 g)</b> (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 ), <b>Bułka zwykła</b> (mąka pszenna typ 650, woda, drożdże, sól, cukier) woda mineralna ( 200 ml)</p> <p style="text-align: right;"><b>Energia: [ 748]</b></p>
<i>Wtorek</i>  <i>12.09</i>	<p><b>Zupa 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 100%</b>, woda, <b>jaja</b>) <b>Kotlet mielony (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>kapusta biała zasmażana( 90 g)</b> (kapusta biała, marchew, cebula, kminek, pieprz, sól, boczek wędzony, <b>smalec</b>, mąka <b>pszenna</b>) woda mineralna ( 200 ml)</p> <p style="text-align: right;"><b>Energia: [ 806]</b></p>
<i>Środa</i>  <i>13.09</i>	<p><b>Zupa jarzynowa z ziemniakami (300 ml)</b> -( porcja rosółowa z kurczaka, marchew, fasolka, <b>seler</b>, pietruszka, por, ziemniaki, sól, pieprz, <b>śmietana 15%</b>) <b>Gulasz wieprzowy ( 100 ml)</b> (karczek, cebula, bazylija, liść laurowy, ziele angielskie, mąka <b>pszenna</b>, woda, olej rzepakowy), <b>kasza wiejska (120 g)</b> (kasza wiejska, woda, sól), <b>sałatka szwedzka ( 90g)</b> (ogórki, woda, ocet spirytusowy, cukier, sól przyprawy) woda mineralna ( 200 ml)</p> <p style="text-align: right;"><b>Energia: [ 780]</b></p>
<i>Czwartek</i>  <i>14.09</i>	<p><b>Zupa rosolnik ( 300 ml)</b>, ( porcja rosółowa z kurczaka, woda, marchew, pietruszka, por, <b>seler</b>, lubczyk, cebula, pietruszka zielona, pieprz, sól) <b>Podudzie z kurczaka (100 g)</b> (podudzie z kurczaka, sól, pieprz, przyprawa do drobiu, papryka), <b>ziemniaki ( 120 g)</b> - ( ziemniaki, <b>masło klarowane</b>, sól), <b>surówka z kapusty pekińskiej (90 g)</b> ( kapusta pekińska, sól, pieprz, sos włoski, oliwa) woda mineralna ( 200 ml)</p> <p style="text-align: right;"><b>Energia: [765]</b></p>
<i>Piątek</i>  <i>15.09</i>	<p><b>Barszcz zabieleny z ziemniakami ( 300 ml)</b> -( porcja rosółowa z kurczaka, burak czerwony, marchew, ziemniaki, pietruszka, por, sól, pieprz, cebula, sól <b>śmietana 15%</b>), <b>Ryż zapiekany z jabłkami (150g)</b> ( ryż, sól, jabłka, cukier, <b>masło klarowane</b>) woda mineralna ( 200 ml)</p> <p style="text-align: right;"><b>Energia: [ 615 ]</b></p>

Jadłospis może ulec niewielkim zmianom.

**Życzymy smacznego!!!**



**Sekret Smaku**

SPÓŁDZIELNIA SOCJALNA

**JADŁOSPIS**

**Dzieci od 6 do 10 lat**

od dnia 18.09.2023r. - do dnia 22.09.2023r.

<i>Dni tygodnia</i>	<i>Obiad dwudaniowy</i>
<b>Poniedziałek</b>  <b>18.09</b>	<b>Zupa koperkowa z ryżem (300 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 (150 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 ( 200 ml)  <b>Energia: [ 694 ]</b>
<b>Wtorek</b>  <b>19.09</b>	<b>Zupa kalafiorowa z makaronem (300 ml)</b> -( porcja rosółowa z kurczaka, marchew, kalafior, <b>seler</b> , pietruszka, por, ziemniaki, sól, pieprz, <b>śmietana 15%</b> , makaron - mąka <b>pszenna</b> , mąka z <b>pszenicy durum 100%</b> , woda, <b>jaja</b> ) <b>Schab (100g) w sosie własnym</b> ( schab, sól, pieprz, olej, mąka <b>pszenna</b> ), <b>ziemniaki ( 120 g)</b> ,( ziemniaki, <b>masło klarowane</b> , sól), <b>surówka z selera z rodzynkami ( 90g)</b> (seler, rodzyнки, woda, jogurt naturalny, ocet spirytusowy, cukier, sól przyprawy) woda mineralna ( 200 ml)  <b>Energia: [ 799 ]</b>
<b>Środa</b>  <b>20.09</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 100%</b> , woda, <b>jaja</b> ) <b>Kotlet drobiowy (100 g)</b> ( filet drobiowy, przyprawa do drobiu, 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>mizeria (90 g)</b> (ogórek zielony, <b>śmietana 12%</b> , <b>jogurt naturalny</b> , sól, pieprz) woda mineralna ( 200 ml)  <b>Energia: [ 731 ]</b>
<b>Czwartek</b>  <b>21.09</b>	<b>Barszcz ukraiński (300 ml)</b> - (porcja rosółowa z kurczaka, burak czerwony, marchew, pietruszka, por, sól, pieprz, cebula, ziemniaki, sól) <b>Pulpety w sosie własnym (100 g)</b> (łopatka wieprzowa, cebula, bazylia, liść laurowy, ziele angielskie, mąka <b>pszenna</b> , bułka tarta, jaja kurze, woda, olej rzepakowy, śmietana 30 %), <b>ryż (120 g)</b> – ryż paraboliczny, sól, <b>surówka marchewka z jabłkiem ( 90g)</b> ( marchew, jabłko, cytryna, cukier) woda mineralna ( 200 ml)  <b>Energia: [ 722 ]</b>
<b>Piątek</b>  <b>22.09</b>	<b>Zupa pieczarkowa z makaronem (300 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 panierowana (100 g)</b> ( filet rybny z morszczuka argentyńskiego 95%, woda 5%, jajko, mąka pszenna, bułka tarta), <b>ziemniaki ( 120 g)</b> ,( ziemniaki, <b>masło klarowane</b> , sól), <b>surówka z kiszonej kapusty (90g)</b> (kiszona kapusta, marchewka, cebula, olej rzepakowy, cukier, pieprz, sól) woda mineralna ( 200 ml)  <b>Energia: [ 624 ]</b>

Jadłospis może ulec niewielkim zmianom.

**Życzymy smacznego!!!**



<i>Dni tygodnia</i>	<i>Obiad dwudaniowy</i>
<b>Poniedziałek</b>  <b>25.09</b>	<b>Krupnik (350 ml)</b> (porcja rosółowa z kurczaka, woda, ziemniaki, pieprz, sól, marchew, pietruszka, por, kasza wiejska, pietruszka zielona,) <b>Leczo (150g)</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 ) woda mineralna ( 200 ml)  <b>Energia: [ 637 ]</b>
<b>Wtorek</b>  <b>26.09</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)ziemniaki ( 120 g),( ziemniaki, <b>masło klarowane</b> , sól), <b>surówka colesław (90g)</b> (kapusta biała, marchew, cebula, koper, sól, pieprz) woda mineralna (200 ml)  <b>Energia: [ 693 ]</b>
<b>Środa</b>  <b>27.09</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>warzywa z pieca (90g)</b> (marchew, brokuł, kalafior, fasola szparagowa, <b>masło klarowane</b> ) woda mineralna (200 ml)  <b>Energia: [ 768 ]</b>
<b>Czwartek</b>  <b>28.09</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> ( <i>schab b/k</i> , 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>buraczki z chrzanem (90 g)</b> (buraki czerwone, chrzan, sól, cukier, sok z cytryny) woda mineralna (200 ml)  <b>Energia: [ 744 ]</b>
<b>Piątek</b>  <b>29.09</b>	<b>Zupa ziemniaczana zasmażana( 300 ml)</b> , ( porcja rosółowa z kurczaka, marchew, pietruszka, por, majeranek, sól, pieprz, ziemniaki, bazylia, 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: [ 690 ]</b>



**Sekret Smaku**  
SPÓŁDZIELNIA SOCJALNA

JADŁOSPIS

Młodzież od 11 do 16 lat

od dnia 04.09.2023r. - do dnia 08.09.2023r.

Dni tygodnia

Obiad dwudaniowy

Poniedziałek

4.09

# Rozpoczęcie Roku Szkolnego 2023 / 2024

Wtorek

5.09

**Rosół z makaronem (350 ml)**, kurczak, porcja rosółowa z kaczki, woda, marchew, pietruszka, **seler**, pieprz, sól, lubczyk, natka pietruszki, por, makaron - mąka **pszenna**, mąka z **pszenicy durum 100%**, woda, **jaja**)  
**Filet drobiowy w sosie pieczarkowym (120 g)** (filet drobiowy, przyprawa do drobiu, pieprz, sól, papryka, pieczarki, mąka **pszenna**, olej rzepakowy), **ziemniaki (150 g)**, (ziemniaki, **masło klarowane**, sól), **buraczki z chrzanem (120 g)** (buraki czerwone, chrzan, sól, cukier, sok z cytryny)  
woda mineralna (250 ml)

Energia: [ 702 ]

Środa

6.09

**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 ziemniaczane, kwas naturalny)  
**Karczek z pieca (120 g)** (karczek, pieprz, sól, papryka, olej rzepakowy), **ziemniaki (150 g)**, (ziemniaki, **masło klarowane**, sól), **surówka colesław (120g)** (kapusta biała, marchew, cebula, koper, sól, pieprz)  
woda mineralna (250 ml)

Energia: [ 728 ]

Czwartek

7.09

**Zupa grysikowa (350 ml)**, (kurczak, porcja z kaczki, woda, marchew, pietruszka, **seler**, pieprz, sól, lubczyk, natka pietruszki, por, woda, kasza manna).  
**Gulasz meksykański z makaronem (200g)** (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 **sojowy**, przyprawy, **gorczyca**, boczek – mięso wieprzowe, woda, makaron - mąka **pszenna**, mąka z **pszenicy durum 100%**, woda, **jaja**)  
woda mineralna (250 ml)

Energia: [ 799 ]

Piątek

8.09

**Zupa pomidorowa z makaronem (350 ml)** porcja rosółowa z kurczaka, woda, pieprz, sól, marchew pietruszka, por, koncentrat pomidorowy, **śmietana 15%**, koper, makaron- mąka z **pszenicy durum 100%**, jaja kurze, woda)  
**Jajko sadzone (120 g)** (jaja, **masło klarowane**) **ziemniaki (150 g)** (ziemniaki, koper, **masło klarowane**, sól) **fasolka szparagowa (120 g)** (szparaga, masło klarowane 82%, bułka tarta)  
woda mineralna (200 ml)

Energia: [ 704 ]

Jadłospis może ulec niewielkim zmianom

Życzymy smacznego!!!



**Sekret Smaku**  
SPÓŁDZIELNIA SOCJALNA

JADŁOSPIS

Młodzież od 11 do 16 lat

od dnia 11.09.2023r. - do dnia 15.09.2023r.

<i>Dni tygodnia</i>	<i>Obiad dwudaniowy</i>
<b>Poniedziałek</b>  <b>11.09</b>	<b>Krupnik zabieleny 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>Fasolka po bretońsku (200 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 ), <b>Bułka zwykła</b> (mąka pszenna typ 650, woda, drożdże, sól, cukier) woda mineralna ( 250 ml)  <b>Energia: [ 767]</b>
<b>Wtorek</b>  <b>12.09</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, <b>smalec</b> , mąka <b>pszenna</b> ) woda mineralna ( 250 ml)  <b>Energia: [ 814]</b>
<b>Środa</b>  <b>13.09</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, bazyli, 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: [ 801]</b>
<b>Czwartek</b>  <b>14.09</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 z kapusty pekińskiej (120 g)</b> ( kapusta pekińska, sól, pieprz, sos włoski, oliwa) woda mineralna ( 250 ml)  <b>Energia: [777]</b>
<b>Piątek</b>  <b>15.09</b>	<b>Barszcz zabieleny 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 zapiekany z jabłkami (200g)</b> ( ryż, sól, jabłka, cukier, <b>masło klarowane</b> ) woda mineralna ( 250 ml)  <b>Energia: [ 658 ]</b>

Jadłospis może ulec niewielkim zmianom.

**Życzymy smacznego!!!**



**Sekret Smaku**

SPÓŁDZIELNIA SOCJALNA

JADŁOSPIS

Młodzież od 11 do 16 lat

od dnia 18.09.2023r. - do dnia 22.09.2023r.

<i>Dni tygodnia</i>	<i>Obiad dwudaniowy</i>
<b>Poniedziałek</b>  <b>18.09</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 ( 20 ml)  <b>Energia: [ 715 ]</b>
<b>Wtorek</b>  <b>19.09</b>	<b>Zupa kalafiorowa z makaronem (300 ml)</b> - ( porcja rosółowa z kurczaka, marchew, kalafior, <b>seler</b> , pietruszka, por, ziemniaki, sól, pieprz, <b>śmietana 15%</b> , makaron - mąka <b>pszenna</b> , mąka z pszenicy durum 100%, woda, <b>jaja</b> ) <b>Schab (120g) w sosie własnym</b> ( schab, sól, pieprz, olej, mąka <b>pszenna</b> ), <b>ziemniaki ( 10 g)</b> , ( ziemniaki, <b>masło klarowane</b> , sól), <b>surówka z selera z rodzynkami ( 0g)</b> (seler, rodzynki, woda, jogurt naturalny, ocet spirytusowy, cukier, sól przyprawy) woda mineralna ( 250 ml)  <b>Energia: [ 820 ]</b>
<b>Środa</b>  <b>20.09</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 pszenicy durum 100%, woda, <b>jaja</b> ) <b>Kotlet drobiowy (130 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: [ 755 ]</b>
<b>Czwartek</b>  <b>21.09</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 (150 g)</b> (łopatka wieprzowa, cebula, bazylią, liść laurowy, ziele angielskie, mąka <b>pszenna</b> , bułka tarta, <b>jaja kurze</b> , woda, olej rzepakowy, śmietana 30 %), <b>ryż (150 g)</b> – ryż paraboliczny, sól, <b>surówka marchewka z jabłkiem ( 120g)</b> ( marchew, jabłko, cytryna, cukier) woda mineralna ( 250 ml)  <b>Energia: [ 781 ]</b>
<b>Piątek</b>  <b>22.09</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 pszenicy durum 100%, woda, <b>jaja</b> ) <b>Ryba panierowana (120 g)</b> ( filet rybny z morszczuka argentyńskiego 95%, woda 5%, jajko, mąka pszenna, bułka tarta), <b>ziemniaki ( 150 g)</b> , ( ziemniaki, <b>masło klarowane</b> , sól), <b>surówka z kiszonej kapusty (120g)</b> (kiszona kapusta, marchewka, cebula, olej rzepakowy, cukier, pieprz, sól) woda mineralna ( 250 ml)  <b>Energia: [ 694 ]</b>

Jadłospis może ulec niewielkim zmianom.

**Życzymy smacznego!!!**



**Sekret Smaku**  
SPÓŁDZIELNIA SOCJALNA

JADŁOSPIS

Młodzież od 11 do 16 lat

od dnia 25.09.2023r. - do dnia 29.09.2023r.

<i>Dni tygodnia</i>	<i>Obiad dwudaniowy</i>
<b>Poniedziałek</b>  <b>25.09</b>	<b>Krupnik (350 ml)</b> (porcja rosółowa z kurczaka, woda, ziemniaki, pieprz, sól, marchew, pietruszka, por, kasza wiejska, pietruszka zielona,) <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 ) woda mineralna ( 250 ml)  <b>Energia: [ 697 ]</b>
<b>Wtorek</b>  <b>26.09</b>	<b>Barszcz czerwony z groszkiem ptysiowym ( 350 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 (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>surówka colesław (120g)</b> (kapusta biała, marchew, cebula, koper, sól, pieprz) woda mineralna (250 ml)  <b>Energia: [ 743 ]</b>
<b>Środa</b>  <b>27.09</b>	<b>Rosół z zacierką (350 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 (120g)</b> (mięso z indyka, sól, pieprz, olej rzepakowy, mąka <b>pszenna</b> , śmietana), <b>kasza wiejska (150 g)</b> (kasza wiejska, woda, sól), <b>warzywa z pieca (120g)</b> (marchew, brokuł, kalafior, fasola szparagowa, <b>masło klarowane</b> ) woda mineralna (250 ml)  <b>Energia: [ 821 ]</b>
<b>Czwartek</b>  <b>28.09</b>	<b>Zupa ogórkowa z ryżem (350 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 ( 120 g ) -</b> ( schab b/k, przyprawa do mięsa, 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>buraczki z chrzanem (120 g)</b> (buraki czerwone, chrzan, sól, cukier, sok z cytryny) woda mineralna (250 ml)  <b>Energia: [ 790 ]</b>
<b>Piątek</b>  <b>29.09</b>	<b>Zupa ziemniaczana zasmażana( 350 ml),</b> ( porcja rosółowa z kurczaka, marchew, pietruszka, por, majeranek, sól, pieprz, ziemniaki, bazylija, mąka <b>pszenna</b> ) <b>Knedle z truskawkami (200g)</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 (250 ml)  <b>Energia: [ 710 ]</b>

Jadłospis może ulec niewielkim zmianom

**Życzymy smacznego!!!**