**JADŁOSPIS**

**Dzieci od 6 do 10 lat**

od dnia 06.09.2021r. - do dnia 10.09.2021r.

|  |  |
| --- | --- |
| ***Dni tygodnia*** | ***Obiad dwudaniowy*** |
| ***Poniedziałek******06.09*** | **Zupa pomidorowa z ryżem ( 300 ml) -** *(porcja rosołowa z kurczaka, woda, pieprz, sól, marchew, pietruszka, por , ryż, koncentrat pomidorowy,* ***śmietana 15%,*** *natka pietruszki)* **łazanki z kapustą i kiełbasą (150g) -** *(**makaron łazanka – mąka* ***pszenna,*** *mąka z* ***pszenicy*** *durum 100%,* ***jaja****, woda, sól****,*** *kapusta, kiełbasa - kiełbasa toruńska – mięso wieprzowe, woda, mięso wołowe 9%, skrobia, sól, błonnik* ***sojowy,*** *przyprawy,* ***gorczyca,)***woda mineralna (200 ml) **Energia: [ 625]** |
| ***Wtorek******07.09*** | **Rosół z makaronem (300 ml) -** *(kurczak, woda, marchew, pietruszka,* ***seler****, pieprz, sól, lubczyk, natka pietruszki, por, woda, makaron – mąka* ***pszenna,******jaja,*** *woda, sól,)***udziec z kurczaka (100 g)** - *(udziec z kurczaka, sól, pieprz, przyprawa do drobiu, papryka)***ziemniaki z koperkiem ( 120 g) -** *( ziemniaki, koper,* ***masło klarowane,*** *sól)***sałatka warzywna (90 g) -** *( kapusta lodowa, pomidor, papryka, ogórek zielony, cebula czerwona, sól, pieprz)*woda mineralna (200 ml)**Energia: [ 654 ]** |
| ***Środa******08.09*** | **Zupa pieczarkowa z makaronem ( 300 ml) -** *( porcja rosołowa z kurczaka, pieczarki, marchew, pietruszka, por, sól, pieprz, makaron – mąka* ***pszenna,******jaja,*** *woda, sól)* **sznycel mielony ( 100 g),** *(mięso mielone z szynki, czosnek, pieprz, sól, przyprawa do mięsa wieprzowego****, jaja,*** *mąka* ***pszenna****, chleb* ***pszenny****, cebula)***ziemniaki ( 120 g),** *( ziemniaki, koper,* ***masło klarowane,*** *sól)***kapusta duszona z warzywami ( 90 g),** *(kapusta biała, cebula, kminek, pieprz, sól, boczek wędzony, smalec, mąka* ***pszenna)***woda mineralna ( 200 ml) **Energia: [ 753 ]** |
| ***Czwartek******09.09*** | **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)*****Gulasz wieprzowy ( 150 ml) -** *( karczek, cebula, bazylia, liść laurowy, ziele angielskie, mąka* ***pszenna,*** *woda, olej rzepakowy)*  **kasza ( 120g) -** (*kasza, sól, woda)***ogórek kiszony(90 g) –** *( ogórek kiszony, cukier, olej roślinny rzepakowy, ocet spirytusowy.)*woda mineralna ( 200 ml)**Energia: [ 657 ]** |
| ***Piątek******10.09*** | **Zupa kalafiorowa z ziemniakami ( 300 ml),** *( porcja rosołowa z kurczaka, marchew, pietruszka, por,* ***seler,*** *kalafior, cebula, pietruszka zielona, pieprz, woda, sól****, śmietana 15%,****)* **ryż z musem jabłkowym (150g)***( sól****,*** *,* ***masło klarowane)*****jabłka***– jabłka, cukier****,)*** woda mineralna(200 ml) **Energia: [ 599 ]** |

Jadłospis może ulec niewielkim zmianom. **Życzymy smacznego!!!**

**JADŁOSPIS**

**Dzieci od 6 do 10 lat**

od dnia 13.09.2021r. - do dnia 17.09.2021r.

|  |  |
| --- | --- |
| ***Dni tygodnia*** | ***Obiad dwudaniowy*** |
| ***Poniedziałek******13.09*** | **Żurek z kiełbasą i ziemniakami ( 300 ml) -** *(porcja rosołowa, 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: [ 575 ]** |
| ***Wtorek******14.09*** | **Rosół z makaronem (300 ml) -** *(kurczak, woda, marchew, pietruszka,* ***seler,*** *pieprz, sól, lubczyk, natka pietruszki, por, woda, makaron - (**makaron – mąka* ***pszenna, jaja****, woda, sól****,)*****Kotlet drobiowy ( 100 g) -** *( filet drobiowy, przyprawa do drobiu, pieprz, sól, papryka,* ***jaja,*** *bułka tarta* ***pszenna,*** *olej rzepakowy)***ziemniaki ( 120 g) -** *( ziemniaki, koper,* ***masło klarowane,*** *sól)* **mizeria ( 90g) -** ( ogórek zielony, śmietana 18%, sól, pieprz,)woda mineralna ( 200 ml)**Energia: [ 657 ]** |
| ***Środa******15.09*** | **Barszcz czerwony z groszkiem ptysiowym ( 300 ml) -** *( porcja rosołowa z kurczaka, pieczarki, marchew, pietruszka, por, sól, pieprz, groszek ptysiowy - mąka* ***pszenna,*** *woda****, jaja****, olej roślinny, sól,)***rumsztyk z cebulą ( 100 g) -** *(mięso mielone z szynki, czosnek, pieprz, sól, przyprawa do mięsa wieprzowego****, jaja,*** *mąka* ***pszenna****, chleb* ***pszenny****, cebula, olej rzepakowy)***ziemniaki ( 120 g) -** *( ziemniaki, koper,* ***masło klarowane,*** *sól)* **chińska z białej kapusty (90g)** – *(kapusta biała, marchewka, cebula, olej, woda, sól, ocet, cukier)* woda mineralna ( 200 ml) **Energia: [ 670 ]** |
| ***Czwartek******16.09*** | **Rosół z tartym ciastem (300 ml) -** *(kurczak, woda, marchew, pietruszka,* ***seler,*** *pieprz, sól, lubczyk, natka pietruszki, por, woda, ciasto - kasza manna,* ***jaja****).***Kurczak w sosie słodko-kwaśnym (100g)** - *( filet z kurczaka, sól, pieprz, przyprawa do kurczaka, czosnek, ananas z puszki, papryka czerwona, cebula, mąka* ***pszenna),*** **ryż ( 120g) -** ( ryż paraboliczny, sól,)**surówka z kapusty pekińskiej (90g)** - ( kapusta pekińska, sól, pieprz, sos włoski, oliwa), woda mineralna ( 200 ml) **Energia: [ 669 ]** |
| ***Piątek******17.09*** | **Krupnik na rosole (300 ml),** *(porcja rosołowa z kurczaka, woda, pieprz, sól, marchew, pietruszka, por , kasza wiejska, pietruszka zielona, )* **ryba panierowana( 100) -** *( filet rybny z morszczuka argentyńskiego 95%, woda 5%, mąka* ***pszenna, jaja****, bułka tarta,* ***pszenna, olej rzepakowy).*****ziemniaki (120g) -***( ziemniaki, koper,* ***masło klarowane,*** *sól)***surówka z czerwonej kiszonej ( 90g) -** *(czerwona kapusta, marchew, jabłko, cebula, oliwa, pieprz, cukier, sól)* woda mineralna ( 200 ml)**Energia: [ 579 ]**  |

Jadłospis może ulec niewielkim zmianom. **Życzymy smacznego!!!**