

PONIEDZIAŁEK 01/ 04/ 24r.

PONIEDZIAŁEK WIELKANOCNY

WTOREK 02/ 04/ 24r.

Pierogi z twarogiem i ziemniakami z delikatną okrasą z cebulki, fasolka szparagowa 355 kcal

Składniki: ciasto (mąka **pszenna**, woda, **jaja**, sól), ziemniaki, twaróg (**mleko** pasteryzowane, kultury bakterii), fasolka szparagowa, cebula, olej rzepakowy, papryka słodka, czosnek, cukier, bułka tarta (mąka **pszenna** 78%, woda, drożdże, sól), sól

ŚRODA 03/ 04/ 24r.

Kluski leniwe z twarogiem/ sos jogurtowy (osobno) 370 kcal

Składniki: **twaróg** półtłusty (**mleko** pasteryzowane, kultury bakterii), mąka **pszenna**, mąka ziemniaczana, **jogurt** naturalny (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii jogurtowych, Lactobacillus acidophilus, Bifidobacterium lactis), cukier, cukier wanilinowy **jaja**, sól

CZWARTEK 04/ 04/ 24r.

Pulpet drobiowy w sosie pomidorowym z ryżem parabolicznym, surówka z buraczków 370 kcal

Składniki: mięso drobiowe, ryż paraboliczny, buraki, wywar (woda, korpus z kurczaka, marchew, por, **sele**r, korzeń pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz), cebula, koncentrat pomidorowy, mąka **pszenna**, masło (śmietanka pasteryzowana (z **mleka**) śmietana (z **mleka**, kultury bakterii fermentacji mlekowej, zaw. tłuszczu mlecznego 82%), sok z cytryny, cukier, sól, pieprz

PIĄTEK 05/ 04/ 24r.

Dukaty z mintaja z ziemniakami puree i ziel. koper. surówka z tartego kalafiora i marchwi 330 kcal

Składniki: **mintaj**, ziemniaki, kalafior, marchew, bułka tarta (mąka **pszenna** 78%, woda, drożdże, sól), masło (**śmietanka** pasteryzowana, zaw. tłuszczu mlecznego 82%), **jaja**, majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja**, ocet, musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), mąka **pszenna**, sok z cytryny, sól, pieprz, koperek

UWAGI

Z uwagi na dostępność oraz sezonowość niektórych produktów np. Owoce – podwieczorki dopuszcza się możliwość zmiany menu. Gramatury wyliczone wg zapotrzebowania na energię dla szkolnej grupy wiekowej:

zupy do 300 ml/ os, Danie główne (skrobia od 120 do 150 gr/ os, mięso/ ryba od 100 do 150 gr/ os, surówka

Od 120 do 150 gr/ os.), dania mączne (naleśniki, pierogi, kluski) do 200-250 gr/ os, sosy do 20 gr/ os, deser 80 gr do 200 gr/ os

Alergeny znajdują się w składnikach dań **wytłuszczonym** drukiem

PONIEDZIAŁEK 08/ 04/ 24r.

Spaghetti bolognese z mięsem wp/ woł. 370 kcal

Składniki: mięso wieprzowe, makaron **pszenny**, mięso wołowe, koncentrat pomidorowy (zaw. ekstraktu- nie mniej niż 32%), mąka czosnek, olej rzepakowy, tymianek, oregano, sól, pieprz

WTOREK 09/ 04/ 24r.

Nuggetsy z kurczaka. z ziemniakami puree surówka z tartego kalafiora i marchewki 370 kcal

Składniki: pierś z kurczaka, ziemniaki, kalafior, marchew, wywar (woda, korpus z kurczaka, marchew, por, **seler**, korzeń pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz), bułka tarta (**pszenna**), koperek (zaw. Ekstraktu nie mniej niż 32%), **jaja**, mąka **pszenna**, olej rzepakowy, sok z cytryny, sól, pieprz

ŚRODA 10/ 04/ 24r.

Amerykańskie pancakes smażone beztłuszczowo z cukrem pudrem (osobno) 375 kcal

Składniki: ciasto (mąka **pszenna**, **mleko**, **jaja**, sól), masło (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii jogurtowych, Lactobacillus acidophilus, Bifidobacterium lactis), cukier puder, sól, olej rzepakowy

CZWARTEK 11/ 04/ 24r.

Pieczeń rzymska w sosie pieczeniowym z kaszą gryczaną, surówka z buraczków 370 kcal

Składniki: mięso wp., kasza gryczana, buraki, burak, **jaja**, wywar (woda, korpus z kurczaka, marchew, por, **seler**, korzeń pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz), sól, pieprz

PIĄTEK 12/ 04/ 24r.

Medalion z łososia z ziemniakami puree z ziel. kop, surówka z selera z rodzynkami 350 kcal

Składniki: filet z **łososia**, ziemniaki, **seler**, rodzyнки, majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja**, ocet, musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), sok z cytryny, koperek, sól, pieprz

UWAGI

Z uwagi na dostępność oraz sezonowość niektórych produktów np. Owoce – podwieczorki dopuszcza się możliwość zmiany menu.

Gramatury wyliczone wg zapotrzebowania na energię dla szkolnej grupy wiekowej:

zupy do 300 ml/ os, Danie główne (skrobia od 120 do 150 gr/ os, mięso/ ryba od 100 do 150 gr/ os, surówka

Od 120 do 150 gr/ os.), dania mączne (naleśniki, pierogi, kluski) do 200-250 gr/ os, sosy do 20 gr/ os, deser 80 gr do 200 gr/ os

Alergeny znajdują się w składnikach dań **wytłuszczonym** drukiem

PONIEDZIAŁEK 15/ 04/ 24r.

Gnocchi z sosem serowym, surówka wiosenna z białej kapusty, ogórka kiszzonego i kukurydzy i ziel pietr 315 kcal

Składniki: ziemniaki, cebula, mąka, **jaja**, skrobia ziemniaczana, kapusta, ogórek kiszony (zawiera **gorczycę**), kukurydza, **serek topiony**, wywar (woda, korpus z kurczaka, marchew, por, **seler**, korzeń pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy), zielona pietruszka, sól, pieprz

WTOREK 16/ 04/ 24r.

Kurczak z warzywami w sosie napoli z kolorowym makaronem fusilli, surówka z tartego kalafiora i marchwi zel pietr. 350 kcal

Składniki: pierś z kurczaka, makaron **pszenny** farfalle, marchew, kalafior , , sos napoli (pomidory w puszcze, cebula, czosnek, oliwa, ziola prowansalskie, pieprz, sól), **seler**, por, olej rzepakowy, korzeń pietruszki, imbir, sok z cytryny, sól, pieprz

ŚRODA 17/ 04/ 24r.

Pierogi z twarogiem / sos jogurtowym (osobno) 340 kcal

Składniki: ciasto (mąka **pszenna**, woda, **jaja**, sól), ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), jogurt naturalny (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii jogurtowych, Lactobacillus acidophilus , Bifidobacterium lactis), cukier, cukier wanilinowy

CZWARTEK 18/ 04/ 24r.

Kotlecik pożarski z ziemniakami puree, surówka z buraczków 370 kcal

Składniki: mięso mielone z kurczaka, ziemniaki, buraki, **jaja**, bułka tarta, sok z cytrynki, czosnek, sól, pieprz

PIĄTEK 19/ 04/ 24r.

Pulpet z morszczuka w sosie pomidorowym z ziemni puree i ziel. kop, surówka z czerwonej kapusty z żurawiną 350 kcal

Składniki: filet z morszczuka, ziemniaki, kapusta czerwona, przecier pomidorowy, bułka tarta (**pszenna**), żurawina, majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja**, ocet, masło (**śmietanka** pasteryzowana- z **mleka**, zaw. tłuszczu mlecznego 82%), **jaja**, pieprz, sól

UWAGI

Z uwagi na dostępność oraz sezonowość niektórych produktów np. Owoce – podwieczorki dopuszcza się możliwość zmiany menu. Gramatury wyliczone wg zapotrzebowania na energię dla szkolnej grupy wiekowej:

zupy do 300 ml/ os, Danie główne (skrobia od 120 do 150 gr/ os, mięso/ ryba od 100 do 150 gr/ os, surówka

Od 120 do 150 gr/ os.), dania mączne (naleśniki, pierogi, kluski) do 200-250 gr/ os, sosy do 20 gr/ os, deser 80 gr do 200 gr/ os

Alergeny znajdują się w składnikach dań **wytłuszczonym** drukiem

PONIEDZIAŁEK 22/ 04/ 24r.

Potrąwka z kurczaka z kolorowym makaronem fusilli i warzywami 360 kcal

Składniki: mięso drobiowe, makaron **pszenny**, fasolka szparagowa, marchew, groszek, wywar (woda, korpus z kurczaka, marchew, por, **seler**, korzeń pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy), kukurydza, śmietana (z **mleka**, kultury bakterii fermentacji mlekowej), mąka **pszenna**, cukier, sok z cytryny, zielona pietruszka, pieprz, sól

WTOREK 23/ 04/ 24r.

Nuggetsy z kurczaka z ziemniakami puree, surówka z marchewki 395 kcal

Składniki: pierś z kurczaka, ziemniaki, marchew, **jaja**, bułka tarta (**pszenna**), mąka **pszenna**, olej rzepakowy, masło (**śmietanka** pasteryzowana- z **mleka**, zaw. tłuszczu mlecznego 82%), koperek, sok z cytryny, sól, pieprz

ŚRODA 24/ 04/ 24r.

Racuchy z cukrem pudrem (cukier osobno) 370 kcal

Składniki: mąka **pszenna**, **mleko**, **jaja**, olej rzepakowy, cukier puder, sól

CZWARTEK 25/ 04/ 24r.

Gulasz wp. z groszkiem i marchewką, kasza pęczak, surówka z buraczków 365 kcal

Składniki: mięso wieprzowe, kasza **pęczak**, surówka z buraczków, bulion (woda, korpus z kurczaka, marchew, por, **seler**, korzeń pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy) groszek, marchew, papryka czerwona, pieprz, sól

PIĄTEK 26/ 04/ 24r.

XXL paluszek rybny Frosta z fileta z mintaja z ziemni puree i ziel. koper, surówka wiosenna 350 kcal

Składniki: filet z mintaja, panierka sypka (mąka **pszenna**, sól, papryka mielona, kurkuma, drożdże)%, ziemniaki, **seler**, mix warzyw w zmiennych proporcjach, masło (**śmietanka** pasteryz, zaw. Tłuszcz mlecz 82%), sok z cytryny, koper, sól, pieprz

UWAGI

Z uwagi na dostępność oraz sezonowość niektórych produktów np. Owoce – podwieczorki dopuszcza się możliwość zmiany menu. Gramatury wyliczone wg zapotrzebowania na energię dla szkolnej grupy wiekowej:

zupy do 300 ml/ os, Danie główne (skrobia od 120 do 150 gr/ os, mięso/ ryba od 100 do 150 gr/ os, surówka

Od 120 do 150 gr/ os.), dania mączne (naleśniki, pierogi, kluski) do 200-250 gr/ os, sosy do 20 gr/ os, deser 80 gr do 200 gr/ os

Alergeny znajdują się w składnikach dań **wytłuszczonym** drukiem

PONIEDZIAŁEK 29/ 04/ 24r.

Kopytka w sosie pieczeniowym, surówka wiosenna z białej kapusty papryki, kukurydzy i ziel. pietruszki 365 kcal

Składniki: ziemniaki, mąka ziemniaczana, mięso wieprzowe, papryka, wywar (woda, korpus z kurczaka, marchew, por, **seler**, korzeń pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy), kapusta, cebula, kukurydza, majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja**, ocet, musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), pietruszka, zielona pietruszka, sól, pieprz

WTOREK 30/ 04/ 24r.

Kotlecik z bójnicki w sosie letnim z cukinią z bakłażanem z ziemniakami puree, 370 kcal

Składniki: mięso wieprzowe, ziemniaki, marchew, sos letni: (cukinia, bakłażan, **seler**, korzeń pietruszki, por, koncentrat pomidorowy (zaw. ekstraktu nie mniej niż 32%), tymianek, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz), śmietana (z **mleka**), **jaja**, sok z cytryny, sól, pieprz

ŚRODA 01/ 05/ 24r.

ŚWIĘTO PRACY

CZWARTEK 02/ 05/ 24r.

Kurczak w sosie beszamelowym z warzywami ogrodowymi z ryżem i fasolka szparagową 385 kcal

Składniki: pierś z kurczaka, ryż, fasolka szparagowa, seler, por, marchew (zaw. Ekstraktu nie mniej niż 32%), śmietana (z **mleka**, kultury bakterii fermentacji mlekowej), **jaja**, mąka **pszenna**, olej rzepakowy, sok z cytryny, sól, pieprz

PIĄTEK 03/ 05/ 24r.

ŚWIĘTO KONSTYTUCJI 3 MAJA

UWAGI

Z uwagi na dostępność oraz sezonowość niektórych produktów np. Owoce – podwieczorki dopuszcza się możliwość zmiany menu.

Gramatury wyliczone wg zapotrzebowania na energię dla szkolnej grupy wiekowej:

zupy do 300 ml/ os, Danie główne (skrobia od 120 do 150 gr/ os, mięso/ ryba od 100 do 150 gr/ os, surówka

Od 120 do 150 gr/ os.), dania mączne (naleśniki, pierogi, kluski) do 200-250 gr/ os, sosy do 20 gr/ os, deser 80 gr do 200 gr/ os

Alergeny znajdują się w składnikach dań **wytłuszczonym** drukiem