

Menu Stołówki Gminnej * ** SZKOŁY LISTOPAD 2024 r.**Obiad****04 poniedziałek**

Zupa brokułowa z makaronem 250 ml brokuł, marchewka, pietruszka, seler (9), cebula, czosnek, sól, pieprz, przyprawa warzywna(1.9), zioła, bulion mięsny, makaron(1.3), śmietana 18%(7), pietruszka nać **Jabłko prażone 100g z ryżem 200g** ryż, jabłko prażone, sól, cukier

05 wtorek

Rosół z makaronem 250ml bulion mięsny, marchewka, pietruszka, seler (9), makaron (1,3), cebula, czosnek, sól, pieprz, przyprawa warzywna(1.9), zioła, pietruszka nać **Kotlet mielony 1szt** łopatką wieprzową, filet drobiowy, łopatką wołową, cebula, czosnek, sól, pieprz, pieczywo pszenne(1), przyprawa warzywna i do mięsa(1.9), bułka tarta (1), olej **Ziemiaki 150g** masło, mleko (7), sól **Kapusta zasmażana z koperkiem 50g** kapusta biała, sól, pieprz, ocet, koper, masło (7), mąka (1), przyprawa warzywna (1.9)

06 środa

Zupa ogórkowa z ryżem 250 ml marchewka, pietruszka, seler (9), ogórek kiszony, bulion mięsny, cebula, czosnek, śmietana 18% (7), pietruszka nać, ryż, sól, pieprz, przyprawa warzywna(1.9), zioła, mąka(1) **Naleśniki z dżemem po 2szt** mąka pszenna(1), mleko(7), jajka (3), olej rzepakowy, cukier wanilinowy, cukier, proszek do pieczenia, dżem owocowy

07 czwartek

Zupa koperkowa z zacierką 250 ml marchewka, pietruszka, seler (9), bulion mięsny, zacierka(1,3), koper, cebula, czosnek, sól, pieprz, przyprawa warzywna(9), zioła, śmietana 18%(7) **Filet drobiowy zapiekany w sosie 1szt** filet z kurczaka, mąka pszenna (1), sól, pieprz, zioła, papryka słodka i ostra mielona, przyprawa warzywna i do drobiu(1.9), olej rzepakowy **Kasza jęczmienna (1) 150g** **Surówka z marchewki, jabłka i brzoskwini 50g** jabłko, marchewka, brzoskwinia, cukier, sok cytryny, śmietana 18%(7)

08 piątek

Zupa grysikowa 250ml marchewka, pietruszka, seler (9), bulion mięsny, cebula, czosnek, pietruszka nać, kaszka manna (1), sól, pieprz, przyprawa warzywna(1.9), zioła **Panierowany filet z soli 1szt** filet z soli (4), bułka tarta(1), mąka pszenna(1), jajka (3), sól, pieprz, przyprawa warzywna i do ryb(1.9), olej rzepakowy **Ziemiaki 150g** masło, mleko(7) **Surówka buraczkowa z jabłkiem tarte 50g** burak, jabłko, sól, pieprz, cukier, ocet

12 wtorek

Zupa pomidorowa z zacierką 250 ml marchewka, pietruszka, seler (9), koncentrat pomidorowy, bulion mięsny, cebula, czosnek, śmietana 18 % (7), pietruszka nać, sól, pieprz, zacierka(1.3), przyprawa warzywna(1.9), zioła, mąka (1) **Medaliony z indyka zapiekane z bukietem warzyw w sosie śmietanowym 1szt** medaliony z indyka, włoszczyzna (9), kukurydza konserwowa, papryka czerwona, pietruszka nać, śmietana 30% (7), cebula, czosnek, przyprawa warzywna i do kurczaka(9), zioła, olej **Ryż 150g**

13 środa

Krupniczek na bulionie drobiowo-wołowym 250 ml kasza jęczmienna (1) marchewka, pietruszka, seler (9), śmietana 18%(7), bulion mięsny, cebula, czosnek, koper, sól, pieprz, przyprawa warzywna(1.9), zioła **Pierogi z serem na słodko i masłem 7szt.** twaróg półtłusty (7), mąka pszenna (1), jajka (3), masło (7), cukier, cukier waniliowy, sól

14 czwartek

Zupa ziemniaczana 250ml bulion mięsny, ziemniaki, marchewka, pietruszka, seler (9), cebula, czosnek, pietruszka nać, sól, pieprz, zioła, przyprawa warzywna(1.9), mąka(1) **Spaghetti bolognese z makaronem 150g + 150g** makaron (1,3), łopatką wieprzową, ser mozzarella (7), koncentrat pomidorowy, pomidory krojone, cebula, czosnek, sól, pieprz, zioła, przyprawa warzywna(1.9), olej, papryka słodka i ostra, cukier

15 piątek

Bulion z kaszką kuskus 250 ml bulion mięsny, marchewka, pietruszka, seler (9), cebula, czosnek, sól, pieprz, przyprawa warzywna(1.9), zioła, kasza kuskus (1), pietruszka nać **Filet z soli w cieście koperkowym 1szt** filet z soli(4), mąka pszenna(1), jajka(3), sól, pieprz, przyprawa warzywna i do ryby(1.9), koper, olej rzepakowy **Ziemiaki 150g** masło, mleko (7) sól **Surówka z kiszonej kapusty 50g** kiszona kapusta, jabłko, cebula, marchewka, cukier, sól, pieprz, kminek, olej

18 poniedziałek

Zupa kalafiorowa z makaronem 250ml kalafior, marchewka, pietruszka, seler (9), makaron(1.3), cebula, czosnek, sól, pieprz, przyprawa warzywna(1.9), zioła, bulion mięsny, śmietana 18%(7), pietruszka nać **Truskawki z jogurtem naturalnym i śmietaną 100g, ryż biały 200g** truskawki, jogurt naturalny(7), śmietana 18%(7), cukier, sól, ryż

19 wtorek

Rosół z zacierką 250ml marchewka, pietruszka, seler (9), cebula, czosnek, sól, pieprz, zacierka (1,3), przyprawa warzywna(1.9), bulion mięsny, pietruszka nać, zioła **Hamburgery drobiowe 1szt** filet drobiowy, filet z indyka, cebula, czosnek, zioła, sól, pieprz, pieczywo pszenne (1), przyprawa warzywna(1.9), mąka (1), olej **Ziemiaki 150g** masło, mleko (7) sól **Surówka hawajska z białej kapusty 50g** kapusta biała, kukurydza konserwowa, ananas, jabłko, cebula, sól, pieprz, cukier, pietruszka nać, musztarda(1,10), majonez (1,3,9)

20 środa
Zupa krem jarzynowa z groszkiem ptyśowym 250 ml marchewka, brokuł, kalafior, pietruszka, por, <u>seler (9)</u> , cebula, czosnek, sól, pieprz, <u>przyprawa warzywna(1,9)</u> , zioła, bulion mięsny, <u>groszek ptyśowy(1)</u> , <u>śmietana 18%(7)</u> Gołąbki 1szt z sosem pieczarkowym 50g łopatką wieprzową, ryż, cebula, czosnek, <u>przyprawa warzywna(1,9)</u> , pieczarki, <u>mąka (1)</u> , sól, pieprz, <u>śmietana 18%(7)</u> , zioła
21 czwartek
Zupa pomidorowa z makaronem 250 ml marchewka, pietruszka, <u>seler (9)</u> koncentrat pomidorowy, bulion mięsny, cebula, czosnek, <u>śmietana 18 % (7)</u> , pietruszka nać, sól, pieprz, <u>makaron(1,3)</u> , <u>przyprawa warzywna(1,9)</u> , zioła, <u>mąka (1)</u> Gulasz z szynki wieprzowej 100g szynka wieprzowa, <u>mąka pszenna (1)</u> , sól, pieprz, zioła, papryka słodka i ostra, cebula, czosnek, <u>przyprawa warzywna (9)</u> , olej Kasza jęczmienna (1) 150g Surówka meksykańska 50g kapusta biała, marchewka, ogórek kiszony, jabłko, papryka czerwona, fasola czerwona, cebula, sól, pieprz, cukier, pietruszka nać, musztarda, majonez (1,3,9)
22 piątek
Barszcz zabieleny z ziemniakami 250ml marchewka, pietruszka, <u>seler (9)</u> , burak czerwony, bulion mięsny, ziemniaki, pieprz, sól, cebula, czosnek, zioła, <u>śmietana 18%(7)</u> , <u>przyprawa warzywna(1,9)</u> , koncentrat barszczu (9), ocet, pietruszka nać Pierogi ruskie z boczkiem i cebulką 7szt. <u>twaróg półtusty (7)</u> , ziemniaki, <u>mąka pszenna (1)</u> , <u>jajka (3)</u> , <u>masło (7)</u> , cebula, boczek wędzony, sól, pieprz
25 poniedziałek
Grochówka wojskowa z boczkiem i grzankami 250 ml groch łuskany połówki, marchewka, pietruszka, <u>seler (9)</u> , bulion mięsny, boczek wędzony, <u>chleb pszenny(1)</u> , czosnek, cebula, sól, pieprz, <u>przyprawa warzywna(1,9)</u> , zioła Kluski leniwe z masłem i cukrem 200g <u>mąka pszenna (1)</u> , <u>jajka (3)</u> , <u>masło (7)</u> , <u>twaróg półtusty (7)</u> , sól, cukier
26 wtorek
Zupa koperkowa z ryżem 250 ml marchewka, pietruszka, <u>seler (9)</u> , ryż, bulion mięsny, koper, cebula, czosnek, sól, pieprz, <u>przyprawa warzywna(9)</u> , zioła, <u>śmietana 18%(7)</u> Kotlet drobiowy panierowany 1szt filet drobiowy, <u>mąka pszenna (1)</u> , <u>bułka tarta(1)</u> , <u>jajka (3)</u> , sól, pieprz, <u>przyprawa warzywna(1,9)</u> , olej Ziemniaki 150g <u>masło, mleko (7)</u> , sól Coleslaw z białej kapusty 50g kapusta biała, jabłko, marchewka, ogórek kiszony, cebula, sól, pieprz, cukier, pietruszka nać, <u>musztarda(1,10)</u> , <u>majonez (1,3,9)</u>
27 środa
Żurek z ziemniakami 250ml marchewka, pietruszka, <u>seler (9)</u> , cebula, czosnek, bulion mięsny, ziemniaki, kiełbasa biała, boczek wędzony, zioła, sól, pieprz, <u>przyprawa warzywna(1,9)</u> , koncentrat żurku*, <u>mąka (1)</u> , <u>śmietana 18%(7)</u> Spaghetti bolognese z makaronem 150g + 150g <u>makaron (1,3)</u> , łopatką wieprzową, <u>ser mozzarella (7)</u> , koncentrat pomidorowy, pomidory krojone, cebula, czosnek, sól, pieprz, zioła, <u>przyprawa warzywna(1,9)</u> , olej, papryka słodka i ostra, cukier
28 czwartek
Kapuśniak z ziemniakami 250ml marchewka, pietruszka, <u>seler (9)</u> , kapusta biała i kiszona, ziemniaki, cebula, czosnek, zioła, sól, pieprz, bulion mięsny, koncentrat pomidorowy, <u>przyprawa warzywna(1,9)</u> Schab pieczony w sosie 1 szt schab wieprzowy, <u>mąka pszenna (1)</u> , sól, pieprz, zioła, papryka słodka i ostra, <u>przyprawa warzywna i do mięsa(1,9)</u> , olej Kasza jęczmienna (1) 150g Surówka z marchewki, jabłka 50g jabłko, marchewka, cukier, sok cytryny, <u>śmietana 18%(7)</u>
29 piątek
Zupa grysikowa 250ml marchewka, pietruszka, <u>seler (9)</u> , bulion mięsny, cebula, czosnek, pietruszka nać, <u>kaszka manna (1)</u> , sól, pieprz, <u>przyprawa warzywna(1,9)</u> , zioła Panierowany filet z soli 1szt filet z soli (4), <u>bułka tarta(1)</u> , <u>mąka pszenna(1)</u> , <u>jajka (3)</u> , sól, pieprz, <u>przyprawa warzywna i do ryb(1,9)</u> , olej rzepakowy Ziemniaki 150g <u>masło, mleko(7)</u> Mizeria 50g ogórek, sól, pieprz, <u>śmietana 18%(7)</u> , cukier, ocet
* Stołówka Gminna zastrzega sobie możliwość wprowadzania zmian do menu ** Do posiłku podajemy wodę mineralną (porcja = 200 ml)
Oznaczenia alergenów : 1. zboża zawierające gluten (pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz) 2. skorupiaki 3. jaja 4. ryby 5. orzeszki ziemne (orzeszki arachidowe) 6. soja 7. mleko 8. orzechy (migdał , orzech laskowy , orzech włoski , nerkowiec , orzech pekan , orzech brazylijski , pistacja , makadamia) 9. seler 10. gorczyca 11. nasiona sezamu 12. dwutlenek siarki 13. łubin 14. mięczaki Zgodnie z informacjami od producentów, przyprawy oraz zioła używane do przygotowywania posiłków mogą zawierać śladowe ilości glutenu, mleka, jaj, soi, selera, gorczyczy: pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, oregano, bazylija, tymianek, zioła prowansalskie, papryka słodka, oraz ostra, przyprawa warzywna, przyprawa do mięs, przyprawa do ryb, cukier waniliowy, proszek do pieczenia, koncentrat barszczu, koncentrat żurku.