

Menu Stołówki Gminnej SZKOŁY MARZEC 2025r r.
<b>Obiad</b>
<b>03 poniedziałek</b>
Zupa kalafiorowa z zacierką 250 ml kalafior, marchewka, pietruszka, <u>seler (9)</u> , cebula, czosnek, sól, pieprz, <u>przyprawa warzywna(1.9)</u> , ziola, bulion mięsny, <u>zacierka(1.3)</u> , <u>śmietana 18%(7)</u> , pietruszka nać Kluski leniwe z masłem i cukrem 200g <u>mąka pszenna (1)</u> , jajka (3), <u>masło (7)</u> , <u>twaróg półtłusty (7)</u> , sól, cukier
<b>04 wtorek</b>
Rosół z makaronem 250ml marchewka, pietruszka, <u>seler (9)</u> , cebula, czosnek, sól, pieprz, <u>makaron (1.3)</u> , <u>przyprawa warzywna(1.9)</u> , bulion mięsny, pietruszka nać, ziola Kotlecki drobiowe po francusku z serem żółtym, pieczarkami i papryką 1szt filet drobiowy, <u>mąka pszenna (1)</u> , jajka(3), <u>ser żółty(7)</u> , pieczarki, papryka sól, pieprz, <u>przyprawa warzywna(1.9)</u> , olej rzepakowy, pietruszka nać <u>Ziemniaki 150g masło, mleko (7)</u> , sól Surówka z marchewki i jabłka50g jabłko, marchewka, cukier, sok z cytryny, <u>śmietana 18%(7)</u>
<b>05 środa</b>
Krupnik z ziemniakami 250 ml <u>kasza jęczmienna (1)</u> marchewka, pietruszka, <u>seler (9)</u> , bulion mięsny, ziemniaki, cebula, czosnek, pietruszka nać, sól, pieprz, <u>przyprawa warzywna(1.9)</u> , ziola Spaghetti bolognese z makaronem 150g + 150g <u>makaron (1.3)</u> , szynka wieprzowa, <u>ser mozzarella (7)</u> , koncentrat pomidorowy, pomidory krojone, cebula, czosnek, sól, pieprz, ziola, <u>przyprawa warzywna(1.9)</u> , olej rzepakowy, papryka słodka i ostra, cukier
<b>06 czwartek</b>
Zupa koperkowa z zacierką 250 ml marchewka, pietruszka, <u>seler (9)</u> , bulion mięsny, koper, cebula, czosnek, sól, pieprz, <u>zacierka(1.3)</u> , <u>przyprawa warzywna(1.9)</u> , ziola, <u>śmietana 18%(7)</u> <u>Gulasz z szynki wieprzowej 100g</u> szynka wieprzowa, <u>mąka pszenna (1)</u> , sól, pieprz, ziola, papryka słodka i ostra, cebula, czosnek, <u>przyprawa warzywna (1.9)</u> , olej rzepakowy <u>Kasza jęczmienna (1) 150g</u> Surówka buraczki z jabłkiem 50g burak, jabłko, sól, pieprz, cukier, ocet
<b>07 piątek</b>
Zupa grysikowa 250ml marchewka, pietruszka, <u>seler (9)</u> , bulion mięsny, cebula, czosnek, pietruszka nać, <u>kasza manna (1)</u> , sól, pieprz, <u>przyprawa warzywna(1.9)</u> , ziola Panierowany filet z soli 1szt <u>filet z soli (4)</u> , <u>bulka tarta(1)</u> , <u>mąka pszenna(1)</u> , jajka (3), sól, pieprz, <u>przyprawa warzywna i do ryb(1.9)</u> , olej rzepakowy <u>Ziemniaki 150g masło, mleko (7)</u> , sól Surówka z kiszanej kapusty 50g kiszona kapusta, jabłko, cebula, marchewka, cukier, sól, pieprz, kminek, olej
<b>10 poniedziałek</b>
Zupa ziemniaczana 250ml bulion mięsny, ziemniaki, marchewka, pietruszka, <u>seler (9)</u> , cebula, czosnek, pietruszka nać, sól, pieprz, ziola, <u>przyprawa warzywna(1.9)</u> , <u>mąka(1)</u> Pierogi z mięsem cebulą i boczkiem 7szt. mięso wieprzowe, <u>mąka pszenna (1)</u> , jajka (3), <u>masło (7)</u> , sól, pieprz, cebula, <u>boczek wędzony(6)</u>
<b>11 wtorek</b>
Krem jarzynowy z grzankami pszennymi 250 ml brokuł, kalafior, cukinia, fasolka szparagowa, marchewka, pietruszka, ziemniaki, <u>seler (9)</u> , cebula, czosnek, sól, pieprz, <u>przyprawa warzywna(1.9)</u> , ziola, <u>chleb pszenny(1)</u> , <u>śmietana 18%(7)</u> Kotlec drobiowy panierowany 1szt filet drobiowy, <u>mąka pszenna (1)</u> , <u>bulka tarta(1)</u> , jajka (3), sól, pieprz, <u>przyprawa warzywna(1.9)</u> , olej <u>Ziemniaki 150g masło, mleko (7)</u> , sól Mizeria 50g ogórek, sól, pieprz, <u>śmietana 18%(7)</u> , cukier, ocet
<b>12 środa</b>
Rosół z zacierką 250ml marchewka, pietruszka, <u>seler (9)</u> , cebula, czosnek, sól, pieprz, <u>zacierka (1.3)</u> , <u>przyprawa warzywna(1.9)</u> , bulion mięsny, pietruszka nać, ziola <u>Bigos 300g+chleb pszenny(1)</u> kapusta biała i kiszona, łopalka wieprzowa, <u>kielbasa toruńska (6)</u> , <u>boczek wędzony(6)</u> , sól, pieprz, <u>przyprawa warzywna i do mięsa(1.9)</u> , czosnek, cebula, koncentrat pomidorowy, pomidory krojone
<b>13 czwartek</b>
Zupa brokułowa z ziemniakami 250ml brokuły, marchewka, pietruszka, <u>seler (9)</u> , ziemniaki, cebula, czosnek, sól, pieprz, <u>przyprawa warzywna(1.9)</u> , ziola, bulion mięsny, <u>śmietana 18%(7)</u> , pietruszka nać <u>Schab pieczony w sosie 1 szt</u> schab wieprzowy, <u>mąka pszenna (1)</u> , sól, pieprz, ziola, papryka słodka i ostra, <u>przyprawa warzywna i do mięsa(1.9)</u> , olej rzepakowy <u>Kasza jęczmienna (1) 150g</u> Surówka z czerwonej kapusty 50g kapusta czerwona, cebula, jabłko, sól, pieprz, cukier, olej rzepakowy, ocet
<b>14 piątek</b>
Zupa pomidorowa z ryżem 250 ml marchewka, pietruszka, <u>seler (9)</u> , koncentrat pomidorowy, ryż, bulion mięsny, cebula, czosnek, <u>śmietana 18 % (7)</u> , pietruszka nać, sól, pieprz, <u>przyprawa warzywna(1.9)</u> , ziola, <u>mąka (1)</u> <u>Naleśniki z dżemem po 2szt</u> <u>mąka pszenna(1)</u> , <u>mleko(7)</u> , jajka (3), olej rzepakowy, cukier wanilinowy, cukier, proszek do pieczenia, dżem owocowy
<b>17 poniedziałek</b>
Krupniczek na bulionie drobiowo-wołowym 250 ml <u>kasza jęczmienna (1)</u> marchewka, pietruszka, <u>seler (9)</u> , bulion mięsny, cebula, czosnek, koper, sól, pieprz, <u>przyprawa warzywna(1.9)</u> , ziola <u>Twaróg 100g z makaronem 200g</u> <u>twaróg półtłusty (7)</u> , <u>makaron (1.3)</u> , <u>masło (3)</u> , cukier, cukier waniliowy
<b>18 wtorek</b>
Zupa ogórkowa z ryżem 250 ml marchewka, pietruszka, <u>seler (9)</u> , ogórek kiszony, bulion mięsny, cebula, czosnek, <u>śmietana</u>

18% (7), pietruszka nać, ryż, sól, pieprz, <u>przyprawa warzywna(1.9)</u> , ziola, <u>mąka(1)</u> <u>Pulpeciki w sosie pomidorowym 1szt</u> mięso wieprzowe + drobiowe, cebula, czosnek, <u>mąka pszenna(1)</u> , <u>pieczywo pszenne(1)</u> , mąka ziemniaczana, koncentrat pomidorowy, pieprz, sól, <u>przyprawa warzywna i do mięsa(1.9)</u> <u>Ziemniaki 150g masło, mleko (7)</u> , sól <u>Coleslaw z białej kapusty 50g</u> kapusta biała, jablko, marchewka, ogórek kiszony, cebula, sól, pieprz, cukier, pietruszka nać, <u>musztarda(1.10)</u> , <u>majonez (1.3.9.10)</u>
<b>19 środa</b>
<u>Żurek z ziemniakami 250ml</u> marchewka, pietruszka, <u>seler(9)</u> , cebula, czosnek, bulion mięsny, ziemniaki, <u>kielbasa biała(6)</u> , <u>boczek wędzony(6)</u> , ziola, sól, pieprz, <u>przyprawa warzywna(1.9)</u> , koncentrat żurku(1.7.9), <u>mąka(1)</u> , <u>śmietana 18%(7)</u> <u>Potrąka z indykiem i warzywami 150g</u> filet z indyka, <u>włoszczyzna (9)</u> , kukurydza konserwowa, papryka czerwona, pietruszka nać, cebula, czosnek, przyprawa warzywna i do kurczaka(9), ziola, ole rzepakowy <b>Ryż 150g</b>
<b>20 czwartek</b>
<u>Zupa pieczarkowa z makaronem lazankowym 250ml</u> pieczarki, marchewka, pietruszka, <u>seler(9)</u> , cebula, czosnek, <u>śmietana 18%(7)</u> , <u>masło(7)</u> , bulion warzywny, <u>makaron(1.3)</u> , sól, pieprz, <u>przyprawa warzywna(1.9)</u> , ziola <u>Udziec z kurczaka bez kości 1szt</u> <u>przyprawa do kurczaka i warzyw(1.9)</u> czosnek, sól, pieprz, olej rzepakowy, papryka ostra i słodka, ziola <u>Ziemniaki 150g masło, mleko(7)</u> , sól <u>Surówka kapusty pekińskiej 50g</u> kapusta pekińska, marchewka, cebula, sól, pieprz, cukier, pietruszka nać, <u>musztarda(1.10)</u> , <u>majonez (1.3.9.10)</u>
<b>21 piątek</b>
<u>Bulion z kaszką kuskus 250ml</u> marchewka, pietruszka, <u>seler ( 9 )</u> , cebula, czosnek, sól, pieprz, <u>kasza kuskus(1)</u> , <u>przyprawa warzywna(1.9)</u> , bulion mięsny, pietruszka nać, ziola <u>Panierowany filet z soli 1szt</u> <u>filet z soli (4)</u> , <u>bulka 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 <u>Ziemniaki 150g masło, mleko (7)</u> , sól <u>Surówka z marchewki, jabłka i brzoskwini 50g</u> jablko, marchewka, brzoskwinia, cukier, sok z cytryny, <u>śmietana 18%(7)</u>
<b>24 poniedziałek</b>
<u>Zupa kalafiorowa z makaronem 250 ml</u> kalafior, marchewka, pietruszka, <u>seler (9)</u> , cebula, czosnek, sól, pieprz, <u>przyprawa warzywna(1.9)</u> , ziola, bulion mięsny, <u>makaron(1.3)</u> , <u>śmietana 18%(7)</u> , pietruszka nać <u>Truskawki z jogurtem naturalnym i śmietaną 100g, ryż biały 200g</u> truskawki, <u>jogurt naturalny(7)</u> , <u>śmietana 18%(7)</u> , cukier, sól, ryż
<b>25 wtorek</b>
<u>Barszcz zabieleny z ziemniakami 250ml</u> marchewka, pietruszka, <u>seler (9)</u> , burak czerwony, bulion mięsny, ziemniaki, pieprz, sól, cebula, czosnek, ziola, <u>śmietana 18%(7)</u> , <u>przyprawa warzywna(1.9)</u> , koncentrat barszczu (9), ocet, pietruszka nać <u>Golańki 1szt z sosem pomidorowym 50g</u> kapusta biała, łopata wieprzowa, ryż, cebula, czosnek, <u>przyprawa warzywna(1.9)</u> , koncentrat pomidorowy, <u>mąka (1)</u> , sól, pieprz, <u>śmietana 18%(7)</u> , ziola
<b>26 środa</b>
<u>Zupa pomidorowa z ryżem 250 ml</u> marchewka, pietruszka, <u>seler (9)</u> , koncentrat pomidorowy, ryż, bulion mięsny, cebula, czosnek, <u>śmietana 18 % (7)</u> , pietruszka nać, sól, pieprz, <u>przyprawa warzywna(1.9)</u> , ziola, <u>mąka (1)</u> <u>Filet drobiowy zapiekany w sosie beszamelowym 1szt</u> filet z kurczaka, <u>mąka pszenna (1)</u> , sól, pieprz, <u>śmietana 30%(7)</u> , <u>masło(7)</u> , <u>mleko(7)</u> , ziola, papryka słodka i ostra mielona, <u>przyprawa warzywna i do drobiu(1.9)</u> , olej rzepakowy <u>Ziemniaki 150g masło, mleko (7)</u> , sól <u>Surówka hawajska z białej kapusty 50g</u> kapusta biała, kukurydza konserwowa, ananas, jablko, cebula, sól, pieprz, cukier, pietruszka nać, <u>musztarda(1.10)</u> , <u>majonez (1.3.9.10)</u>
<b>27 czwartek</b>
<u>Kapuśniak z ziemniakami 250ml</u> marchewka, pietruszka, <u>seler (9)</u> , kapusta biała i kiszona, ziemniaki, cebula, czosnek, ziola, sól, pieprz, bulion mięsny, koncentrat pomidorowy, <u>przyprawa warzywna(1.9)</u> <u>Spaghetti bolognese z makaronem 150g + 150g makaron (1.3)</u> , szynka wieprzowa, <u>ser mozzarella (7)</u> , koncentrat pomidorowy, pomidory krojone, cebula, czosnek, sól, pieprz, ziola, <u>przyprawa warzywna(1.9)</u> , olej rzepakowy, papryka słodka i ostra, cukier
<b>28 piątek</b>
<u>Krupniczek ryżowy na bulionie drobiowo-wolowym 250 ml</u> marchewka, pietruszka, <u>seler (9)</u> , ryż, bulion mięsny, cebula, czosnek, pietruszka nać, sól, pieprz, <u>przyprawa warzywna(1.9)</u> , ziola <u>Filet z soli w cieście koperkowym 1szt</u> <u>filet z soli(4)</u> , <u>mąka pszenna(1)</u> , <u>jajka(3)</u> , sól, pieprz, <u>przyprawa warzywna i do ryby(1.9)</u> , koper, olej rzepakowy <u>Ziemniaki 150g masło, mleko (7)</u> , sól <u>Surówka z kiszonej kapusty 50g</u> kiszona kapusta, jablko, cebula, marchewka, cukier, sól, pieprz, kminek, olej rzepakowy
<b>31 poniedziałek</b>
<u>Zupa wiosenna z ziemniakami i koperkiem 250 ml</u> marchewka, brokuł, kalafior, pietruszka, por, <u>seler (9)</u> , ziemniaki, papryka kolorowa, cebula, czosnek, sól, pieprz, koper, <u>przyprawa warzywna(1.9)</u> , ziola, bulion mięsny, <u>mąka pszenna(1)</u> , <u>śmietana 18%(7)</u> <u>Pierogi z serem na słodko i masłem 7szt.</u> <u>twaróg półtłusty (7)</u> , <u>mąka pszenna (1)</u> , <u>jajka (3)</u> , <u>masło (7)</u> , cukier, cukier waniliowy, sól
<b>Stółówka Gminna zastrzega sobie możliwość wprowadzania zmian do menu</b> Do posiłku podajemy kompot owocowy ( 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 ( migdal , orzech laskowy , orzech włoski , nerkowiec , orzech pekan , orzech brazylijski , pistacja , makadamia )
- 9. seler
- 10. gorczyca
- 11. nasiona sezamu
- 12. dwullenek siarki
- 13. lubin
- 14. mięczaki

Zgodnie z informacjami od producentów, przyprawy oraz ziola używane do przygotowywania posiłków mogą zawierać śladowe ilości glutenu, mleka, jaj, soi, selera, gorczycy: pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, oregano, bazylija, tymianek, ziola prowansalskie, papryka słodka oraz ostra, przyprawa warzywna, przyprawa do mięs, przyprawa do ryb, cukier wanilinowy, proszek do pieczenia, koncentrat barszczu, koncentrat żurku, koncentrat pomidorowy.

ZAKŁAD GOSPODARKI  
KOMUNALNEJ I MIESZKANIOWEJ  
33-395 Chelmiec, ul. Papieska 2  
tel. 661 549 620 661 760 706  
-490752163-

**INTENDENT**

*Barbara Jop*  
**inż. Barbara Jop**