

Menu Stołówki Gminnej * ** SZKOŁY PAŹDZIERNIK 2024 r.**Obiad****01 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 drobiowy panierowany 1szt** filet drobiowy, mąka pszenna (1), bułka tarta(1), jajka (3), sól, pieprz, przyprawa warzywna(1,9), olej **Ziemniaki 150g** masło, mleko (7), sól **Surówka z marchewki i jabłka 50g** jabłko, marchewka, cukier, sok cytryny, śmietana 18%(7)

02 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) **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

03 czwartek

Zupa ziemniaczana 250ml bulion mięsny, ziemniaki, marchewka, pietruszka, seler (9), cebula, czosnek, pietruszka nać, sól, pieprz, zioła, przyprawa warzywna(1,9), mąka(1) **Racuchy z jabłkami 2 szt.** mąka pszenna (1) jajka (3) mleko (7), jabłko, olej, cukier, cukier waniliowy, proszek do pieczenia **Jogurt owocowy (7)** 1 szt

04 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 **Ziemniaki 150g** masło, mleko(7) **Surówka z kiszonej kapusty 50g** kiszona kapusta, jabłko, cebula, marchewka, cukier, sól, pieprz, kminek, olej

07 poniedziałek

Zupa kalafiorowa z makaronem 250ml kalafior, marchewka, pietruszka, seler (9), cebula, czosnek, sól, pieprz, przyprawa warzywna(1,9), zioła, bulion mięsny, makaron(1,3), śmietana 18%(7), pietruszka nać **Pierogi z mięsem cebulą i boczkiem 7szt.** mięso wieprzowe, mąka pszenna (1), jajka (3), masło (7), sól, pieprz, cebula, boczek wędzony

08 wtorek

Bulion z zacierką 250ml marchewka, pietruszka, seler (9) cebula, czosnek, sól, pieprz, zacierka (1,3), przyprawa warzywna(1,9), bulion mięsny, pietruszka nać, zioła **Gulasz z fileta z indyka 100g** filet z indyka, mąka pszenna (1), sól, pieprz, zioła, papryka słodka i ostra, cebula, czosnek, przyprawa warzywna(9), olej **Kasza jęczmienna (1) 150g** **Coleslaw z białej kapusty 50g** kapusta biała, jabłko, marchewka, ogórek kiszony, cebula, sól, pieprz, cukier, pietruszka nać, musztarda(1,10), majonez (1,3,9)

09 środa

Krupnik zabieleny z ziemniakami i koperkiem 250 ml kasza jęczmienna (1) marchewka, pietruszka, seler (9), bulion mięsny, ziemniaki, cebula, czosnek, koper, sól, pieprz, przyprawa warzywna(1,9), zioła, śmietana 18 % (7) **Łazanki 300g** kapusta biała, kiełbasa toruńska, boczek wędzony, sól, pieprz, przyprawa warzywna(1,9), czosnek, cebula, makaron (1,3), olej rzepakowy

10 czwartek

Zupa pomidorowa z ryżem 250 ml marchewka, pietruszka, seler (9), koncentrat pomidorowy, bulion mięsny, cebula, czosnek, ryż, śmietana 18 % (7), pietruszka nać, sól, pieprz, przyprawa warzywna(1,9), zioła, mąka (1) **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 **Ziemniaki 150g** masło, mleko (7), sól **Mizeria 50g** ogórek, sól, pieprz, śmietana 18%(7), cukier, ocet

11 piątek

Barszcz zabieleny z ziemniakami 250ml marchewka, pietruszka, seler (9), burak czerwony, bulion mięsny, ziemniaki, pieprz, sól, cebula, czosnek, zioła, śmietana 18%(7), przyprawa warzywna(1,9), koncentrat barszczu (9), ocet, pietruszka nać **Jabłko prażone 100g z ryżem 200g** ryż, jabłko prażone, sól, cukier

14 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 **Pierogi z serem na słodko i masłem 7szt.** twaróg półtłusty (7), mąka pszenna (1), jajka (3), masło (7), cukier, cukier waniliowy, sól

15 wtorek

Zupa koperkowa z zacierką 250 ml marchewka, pietruszka, seler (9), bulion mięsny, koper, cebula, czosnek, zacierka(1,3), sól, pieprz, przyprawa warzywna(9), zioła, śmietana 18%(7) **Kurczak gyros 80g z sosem pieczeniowym 50g** filet drobiowy, sól, pieprz, czosnek granulowany, papryka słodka i ostra, przyprawa warzywna i gyros(1,9), olej, śmietana 18%(7) mąka pszenna(1) **Ziemniaki 150g** masło, mleko (7), sól **Surówka hawajska z białej kapusty 50g** kapusta biała, kukurydza konserwowa, ananas, jabłko, cebula, sól, pieprz, cukier, sok z cytryny, pietruszka nać, musztarda, majonez (1,3,9)

16 środa

Bulion z kaszką kuskus 250 ml bulion mięsny, marchewka, pietruszka, seler (9), cebula, czosnek, sól, pieprz, przyprawa

warzywna(1,9), zioła, <u>kasza kuskus (1)</u> , pietruszka nać Bigos 300g+chleb pszenny(1) kapusta biała i kiszona, łopatka wieprzowa, kiełbasa toruńska, boczek wędzony, sól, pieprz, <u>przyprawa warzywna i do mięsa(1,9)</u> , czosnek, cebula, koncentrat pomidorowy, pomidory krojone
17 czwartek
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> Udziec z kurczaka 1szt <u>przyprawa do kurczaka i warzyw (1,9)</u> czosnek, sól, pieprz, olej, papryka ostra i słodka, zioła Ziemniaki 150g <u>masło, mleko(7)</u> , sól Surówka z selera, marchewki i jabłka 50g marchewka, jabłko, <u>seler(9)</u> , sok z cytryny, cukier, <u>śmietana 18%(7)</u>
18 piątek
Zupa ogórkowa z ryżem 250 ml marchewka, pietruszka, <u>seler (9)</u> , ogórek kiszony, bulion mięsny, cebula, czosnek, <u>śmietana 18% (7)</u> , pietruszka nać, ryż, sól, pieprz, <u>przyprawa warzywna(1,9)</u> , zioła, <u>mąka(1)</u> Filet z soli w cieście koperkowym 1szt <u>filet z soli(4)</u> , <u>mąka pszenna(1)</u> , jajka(3), sól, pieprz, <u>przyprawa warzywna i do ryby(1,9)</u> , koper, olej rzepakowy Ziemniaki 150g <u>masło, mleko (7)</u> , sól Buraczki z chrzanem 50g burak, sól, pieprz, cukier, ocet, chrzan
21 poniedziałek
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> Truskawki z jogurtem naturalnym i śmietaną 100g , ryż biały 200g truskawki, <u>jogurt naturalny(7)</u> , <u>śmietana 18%(7)</u> , cukier, sól, ryż
22 wtorek
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, zioła Pulpety w sosie pomidorowym 1szt mięso wieprzowe + drobiowe, cebula, czosnek, <u>mąka pszenna(1)</u> , <u>pieczywo pszenne(1)</u> , mąka ziemniaczana, pieprz, sól, koncentrat pomidorowy, <u>przyprawa warzywna i do mięsa(1,9)</u> Ziemniaki 150g <u>masło, mleko(7)</u> , sól Surówka z kiszonej kapusty 50g kiszona kapusta, jabłko, cebula, marchewka, cukier, sól, pieprz, kminek, olej
23 środa
Zupa koperkowa z ziemniakami 250 ml marchewka, pietruszka, <u>seler (9)</u> , ziemniaki, bulion mięsny, koper, cebula, czosnek, sól, pieprz, <u>przyprawa warzywna(9)</u> , zioła, <u>śmietana 18%(7)</u> Potrąka z indykiem i warzywami 150g filet z indyka, <u>włoszczyzna (9)</u> , kukurydza konserwowa, papryka czerwona, pietruszka nać, cebula, czosnek, <u>przyprawa warzywna i do kurczaka(9)</u> , zioła, ole Ryż 150g
24 czwartek
Zupa pieczarkowa z makaronem 250ml 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> , zioła Kotlet drobiowy panierowany 1szt filet drobiowy, <u>mąka pszenna (1)</u> , bułka tarta(1), jajka (3), sól, pieprz, <u>przyprawa warzywna(1,9)</u> , olej Ziemniaki 150g <u>masło, mleko (7)</u> , sól Kapusta zasmażana z koperkiem 50g kapusta biała, sól, pieprz, ocet, koper, <u>masło (7)</u> , <u>mąka (1)</u> , <u>przyprawa warzywna (1,9)</u>
25 piątek
Zupa z fasoli Jaś z makaronem łazankowym 250 ml fasola Jaś, marchewka, pietruszka, <u>seler (9)</u> , bulion mięsny, <u>makaron (1,3)</u> , czosnek, cebula, sól, pieprz, <u>przyprawa warzywna(1,9)</u> , zioła, pietruszka nać Pierogi ruskie z boczkiem i cebulką 7szt. <u>twaróg półtłusty (7)</u> , ziemniaki, <u>mąka pszenna (1)</u> , jajka (3), <u>masło (7)</u> , cebula, boczek wędzony, sól, pieprz
28 poniedziałek
Zupa gulaszowa z zacierką 250 ml szynka wieprzowa, papryka kolorowa, pieczarki, pomidory krojone, koncentrat pomidorowy, cebula, czosnek, pietruszka nać, <u>mąka(1)</u> , <u>zacierka(1,3)</u> , sól, pieprz, <u>przyprawa warzywna i do mięs(9)</u> , zioła 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
29 wtorek
Zupa pomidorowa z ryżem 250 ml marchewka, pietruszka, <u>seler (9)</u> , koncentrat pomidorowy, bulion mięsny, cebula, czosnek, <u>śmietana 18 % (7)</u> , pietruszka nać, sól, pieprz, ryż, <u>przyprawa warzywna(1,9)</u> , zioła, <u>mąka (1)</u> Filet drobiowy zapiekany w sosie śmietanowym 1szt filet z kurczaka, <u>mąka pszenna (1)</u> , sól, pieprz, <u>śmietana 30%(7)</u> , zioła, papryka słodka i ostra mielona, <u>przyprawa warzywna i do drobiu(1,9)</u> , olej rzepakowy Ziemniaki 150g <u>masło, mleko (7)</u> , sól Surówka meksykańska 50g kapusta biała, marchewka, ogórek kiszony, jabłko, papryka czerwona, fasola czerwona, cebula, sól, pieprz, cukier, pietruszka nać, musztarda, majonez (1,3,9)
30 środa
Zupa kalafiorowa z ziemniakami 250ml kalafior, marchewka, pietruszka, <u>seler (9)</u> , ziemniaki, cebula, czosnek, sól, pieprz, <u>przyprawa warzywna(1,9)</u> , zioła, bulion mięsny, <u>śmietana 18%(7)</u> , pietruszka nać Spaghetti bolognese z makaronem 150g + 150g <u>makaron (1,3)</u> , łopatka wieprzowa, <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

31 czwartek

Zupa krem jesienna z pieczoną dynią z grzankami 250 ml dynia, marchewka, pietruszka, ziemniaki, seler (9), cebula, czosnek, sól, pieprz, przyprawa warzywna(1,9), zioła, chleb pszenny(1), śmietana 18%(7) **Schab pieczony w sosie 1 szt** schab wieprzowy, mąka pszenna (1), sól, pieprz, zioła, papryka słodka i ostra, przyprawa warzywna i do mięsa(1,9), olej **Kasza jęczmienna (1) 150g** **Surówka z czerwonej kapusty 50g** kapusta czerwona, cebula, jabłko, sól, pieprz, cukier, olej rzepakowy, 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, gorczycy: pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, oregano, bazylia, tymianek, zioła prowansalskie, papryka słodka, oraz ostra, przyprawa warzywna, przyprawa do mięs, przyprawa do ryb, cukier wanilinowy, proszek do pieczenia, koncentrat barszczu, koncentrat żurku.