

PONIEDZIAŁEK 05/ 03/ 18r.

Zupa koperkowa z ryżem, warzywami i ziel. pietruszką
Spaghetti bolognese z mięsem wp/ woł.
Owoc jabłko

Alergeny: gorczyca, seler, jaja, gluten, mleko



WTOREK 06/ 03/ 18r.

Zupa ogórkowa z warzywami, ziemniakami i ziel. pietr.
Roladka drobiowa z żurawiną w sosie śmietanowo waniliowym z ryżem parabolicznym
Surówka colesław
Owoc gruszka

Alergeny: gorczyca, seler, jaja, gluten, mleko



ŚRODA 07/ 03/ 18r.

Zupa krupnik z ziemniakami, warzywami i ziel. pietr.
Naleśniki z twarogiem/ sos jogurtowy (osobno)
Owoc mandarynka

Alergeny: gorczyca, seler, jaja, gluten, mleko



CZWARTEK 08/ 03/ 18r.

Zupa krem z dyni z warzywami i ziel. pietr.
Medalion drobiowy saute, ziemniaki got. surówka z buraczków
Owoc melon

Alergeny: gorczyca, gluten, seler, jaja, mleko



PIĄTEK 09/ 03/ 18r.

Zupa marchwianka z warzywami, ziemniakami i ziel. pietr.
Pulpet z dorsza w sosie cytrynowym z ziemniakami puree z ziel. koperkiem
Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzy, ogórka i ziel. pietruszki
Ciasto sernik wiedeński (obniżona zaw. cukru)

Alergeny: ryby, seler, jaja, gluten, mleko

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 (skrobina od 80 do 120 gr/ os, mięso/ ryba od 60 do 80 gr/ os, surówka

Od 90 do 120gr/ os.), dania mączne (naleśniki, pierogi, kluski) do 100-200 gr/ os, sosy do 10 gr/ os, deser 20 gr do 200 gr/ os

PONIEDZIAŁEK 12/ 03/ 18r.

Zupa pomidorowa z ryżem, warzywami i ziel.
Krokiet z mięsem wp. surówka wiosenna z białej kapusty, ogórka, marchewki, kukurydzy i
ziel. pietruszki, Owoc jabłko

Alergeny: gorczyca, seler, jaja, gluten, mleko



WTOREK 13/ 03/ 18r.

Zupa barszcz czerwony zabieleny z warzywami, ziemniakami i ziel. pietruszką
Złocista pierś panierowana z kurczaka, ziemniakami puree
Surówka z marchewki
Owoc gruszka

Alergeny: gorczyca, seler, jaja, gluten, mleko



ŚRODA 14/ 03/ 18r.

Zupa wiejska z warzywami, ziemniakami, mięso miel. wp. ziel. groszek i ziel. pietruszka
Racuchy z cukrem pudrem (cukier osobno)
Mus owocowy banan/ jabłko 100 gram

Alergeny: gorczyca, seler, jaja, gluten, mleko



CZWARTEK 15/ 03/ 18r.

Zupa minnestrone z cz. papryką pomidorami pelatti i ziel. pietr.
Pieczeń rzymska w sosie własnym z kaszą gryczaną
Surówka z buraczków, owoc melon

Alergeny: gorczyca, seler, jaja, gluten, mleko



PIĄTEK 16/ 03/ 18r.

Zupa rosół z zacierką, warzywami i ziel. pietr.
Kotlecik smażony z dorsza z ziemniaki puree i ziel. koperkiem
Marchewka z groszkiem

Baton Sante kakaowy Pingwin
Alergeny: ryby, seler, jaja, gluten, mleko

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 80 do 120 gr/ os, mięso/ ryba od 60 do 80 gr/ os, surówka
Od 90 do 120gr/ os.), dania mączne (naleśniki, pierogi, kluski) do 100-200 gr/ os, sosy do 10 gr/ os, deser 20 gr
do 200 gr/ os

PONIEDZIAŁEK 19/ 03/ 18r.

Zupa brokułowa z warzywami, ryżem i ziel. pietr
Pierogi z mięsem z delikatną okrasą z cebulki, surówka colesław
Owoc jabłko

Alergeny; gorczyca, seler, jaja, gluten, mleko



WTOREK 20/ 03/ 18r.

Zupa krem z dyni z warzywami, ziemniakami i ziel. pietr.
Gołąbek w sosie pomidorowym z ziemniakami puree
Owoc mandarynka.

Alergeny; gorczyca, gluten, seler, jaja, mleko



ŚRODA 21/ 03/ 18r.

Zupa węgierska bogracz ziemniakami mięsem mielonym wp. warzywami i ziel. pietruszka
Kopytka w sosie pieczeniowym, surówka z tartego kalafiora i marchewki
Owoc gruszka

Alergeny; gorczyca, seler, jaja, gluten, mleko



CZWARTEK 22/ 03/ 18r.

Zupa marchwianka z warzywami, ziemniakami i ziel. pietruszką
Kotlecik pożarski w sosie śmietanowym, ziemniaki puree
Surówka z buraczków
Owoc melon św.

Alergeny; gorczyca, gluten, seler, jaja, mleko



PIĄTEK 23/ 03/ 18r.

Zupa jarzynowa z fasolką, brokułami, brukselką, kalafiozem, zacierką i ziel. pietr
Medalion z dorsza pod pierzynką warzyw ogrodowych z ziemniakami puree
Duszona marchewka,

Ciasto jogurtowe z brzoskwinia (obniżona zawartość cukru)

Alergeny; ryby, guma guar, seler, jaja, gluten, mleko

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 (skrobina od 80 do 120 gr/ os, mięso/ ryba od 60 do 80 gr/ os, surówka

Od 90 do 120gr/ os.), dania mączne (naleśniki, pierogi, kluski) do 100-200 gr/ os, sosy do 10 gr/ os, deser 20 gr do 200 gr/ os

PONIEDZIAŁEK 26/ 03/ 18r.

Zupa koperkowa z ryżem, warzywami i ziel. pietruszką
Makaron penne w sosie napolli z kurczakiem,
surówka wiosenna z białej kapusty, marchewki, kukurydzy i ziel. pietr

Owoc jabłko

Alergeny: gorczyca, seler, jaja, gluten, mleko



WTOREK 27/ 03/ 18r.

Zupa delikatny żurek z jajkiem, warzywami, ziemniakami i ziel. pietr.
Roladka drobiowa w sosie śmietanowym, ryż brązowy, surówka z marchewki

Owoc mandarynka

Alergeny: gorczyca, seler, jaja, gluten, mleko, soja



ŚRODA 28/ 03/ 18r.

Zupa gulaszowa z ziemniakami mięsem mielonym drobiowym warzywami i ziel. pietruszka

Kluski leniwe z twarogiem/ sos jogurtowy (osobno)

Owoc gruszka

Alergeny: gorczyca, seler, jaja, gluten, mleko



WIELKI CZWARTEK 29/ 03/ 18r.

Zupa zacierka babuni na grysiku z warzywami i ziel. pietr.
Kotlecik zbójnicki w sosie letnim (warzywa ogrodowe, cukinia, bakłażan, pelatti)

Kasza jaglana, Surówka z buraczków

Owoc melon

Alergeny: gorczyca, gluten, seler, jaja, mleko



WIELKI PIĄTEK 30/ 03/ 18r.

Zupa ogórkowa z warzywami, ziemniakami i ziel. pietr
Dorsz po grecku z ziemniakami puree z ziel. koperkiem, marchewka got z groszkiem
Chrupki kukurydziane o smaku czekoladowym/ SAN (bez dodatku cukru.)

Alergeny: ryby, seler, jaja, gluten, mleko

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 80 do 120 gr/ os, mięso/ ryba od 60 do 80 gr/ os, surówka

Od 90 do 120gr/ os.), dania mączne (naleśniki, pierogi, kluski) do 100-200 gr/ os, sosy do 10 gr/ os, deser 20 gr

do 200 gr/ os

PONIEDZIAŁEK 02/ 04/ 18r.

PONIEDZIAŁEK WIELKANOCNY



WTOREK 03/ 04/ 18r.

Zupa pomidorowa z ryżem, warzywami, ziemniakami i ziel. pietr.

Tortellini w sosie brokułowym

Owoc jabłko

Alergeny; gorczyca, seler, jaja, gluten, mleko, soja



ŚRODA 04/ 04/ 18r.

Zupa krupnik z ziemniakami, warzywami i ziel. pietruszką

Pierogi z jabłkiem i brzoskwinia/ sos jogurtowy (osobno)

Owoc gruszka

Alergeny; gorczyca, seler, jaja, gluten, mleko



CZWARTEK 05/ 04/ 18r.

Zupa rosół z makaronem, warzywami i ziel. pietr.

Pulpet wp. w sosie koperkowym z kaszą pęczak

Surówka z buraczków

Owoc mandarynka

Alergeny; gorczyca, gluten, seler, jaja, mleko



PIĄTEK 06/ 04/ 18r.

Zupa jarzynowa z fasolką, brokułami, brukselką, kalafiozem, zacierką i ziel. pietr

Paluszki rybne z fileta z mintaja ziemniakami puree z ziel. koperkiem,

Surówka z marchewki

Ciasto marchewkowe (obniżona zaw. cukru.)

Alergeny; ryby, seler, jaja, gluten, mleko

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 80 do 120 gr/ os, mięso/ ryba od 60 do 80 gr/ os, surówka

Od 90 do 120gr/ os.), dania mączne (naleśniki, pierogi, kluski) do 100-200 gr/ os, sosy do 10 gr/ os, deser 20 gr do 200 gr/ os