

Menu szkolne w dniach od 4 do 29 stycznia 2021

PONIEDZIAŁEK 4 stycznia

Zupa grochowa z ziemniakami

Makaron zapiekany z mięsem w sosie serowym

Wege Makaron zapiekany z warzywami i sosie serowym

OWOC

360kcal W-330kcal

WTOREK 5 stycznia

Marchwianka z ziemniakami

Pieczona nóżka z kurczaka, talarki opiekane, surówka colesław

Wege Pieczone warzywa z opiekanyimi talarkami

Owoc

420kcal W-380kcal

CZWARTEK 7 stycznia

Zupa pomidorowa z zacierką makaronową

Kotlet mielony z ziemniakami groszek z marchewką

Wege Warzywa z soczewicą w sosie sojowym

OWOC

366kcal W-330kcal

PIĄTEK 8 stycznia

Zupa krem z dyni z groszkiem ptysiowym

Potrąwka z kurczaka w sosie kaszubskim z ryżem na sypko z gotowaną marchewką

Wege Ryż w sosie kaszubskim z gotowaną marchewką

OWOC

390kcal W- 320kcal

PONIEDZIAŁEK 11 stycznia

Zupa pieczarkowa z makaronem

Gulasz węgierski z kaszą gryczaną i surówką z ogórka kiszzonego i papryki

Wege Gulasz wegetariański z kaszą gryczaną

OWOC

350kcal W-320kcal

WTOREK 12 stycznia

Zupa jarzynowa

Pieczone kawałki fileta drobiowego w sosie serowym z frytkami i
surówką z kapusty kiszzonej

Wege Makaron w sosie serowym z brokułami

Deser mleczny

386kcal W-356kcal

ŚRODA 13 stycznia

Zupa ogórkowa z ziemniakami

Pieczone pulpety wieprzowe w sosie pomidorowy, puree ziemniaczane, bukiet
warzyw

Wege Kaszotto z pieczarkami i szpinakiem

OWOC

355kcal

CZWARTEK 14 stycznia

Zupa warzywna z papryką

Kotlet z piersi kurczaka, pieczone talarki z surówką wiosenną

Wege Zapiekanka ziemniaczana ze szpinakiem

OWOC

355kcal W-330kcal

PIĄTEK 15 stycznia

Zupa kalafiorowa z makaronem

Paluszki rybne, puree z ziemniaków, surówka colesław

Wege Warzywa w curry z soczewicą i surówką colesław
ciasto

366kcal W-340kcal

PONIEDZIAŁEK 18 stycznia

Zupa barszcz biały z jajkiem

Kurczak w sosie słodko-kwaśnym z warzywami i ryżem na sypko

Wege Ryż w sosie słodko-kwaśnym z warzywami

Jogurt naturalny z granolą

350kcal W-340kcal

WTOREK 19 stycznia

Zupa fasolowa z ziemniakami

Pieczeń rzymska w sosie pieczeniowym, puree ziemniaczane, groszek z marchewką

Wege Kotlet ziemniaczany z marchewką z groszkiem

OWOC

399kcal W-355kcal

ŚRODA 20 stycznia

Zupa kapuśniak z ziemniakami

Kopytka w sosie pieczarkowym

OWOC

366kcal

CZWARTEK 21 stycznia

Zupa barszcz czerwony z ziemniakami

Pieczone bioderko z opiekаныmi talarkami i surówka z ogórka kiszzonego

Wege Makaron w sosie serowym

OWOC

380kcal W-355kcal

PIĄTEK 22 stycznia

Krem z pomidorów z groszkiem ptysiowym

Kotleciki z mintaja w sosie porowo-koperkowym, puree ziemniaczane, surówka z kiszzonej kapusty

Ciasto jogurtowe

377kcal

PONIEDZIAŁEK 25 stycznia

Zupa ogórkowa z ziemniakami

Naleśniki z twarogiem na słodko w sosie śmietanowo-waniliowym

OWOC

344kcal

Wtorek 26 stycznia

Zupa krem z białych warzyw

Gulasz w sosie paprykowo-pomidorowym z kaszą pęczak i buraczkami na ciepło

Wege Kaszotto z warzywami

OWOC

410kcal W-380kcal

ŚRODA 27 stycznia

Żurek z ziemniakami i jajkiem

Pulpeciki w sosie koperkowym z makaronem penne i marchewką na ciepło

Wege Makaron ze szpinakiem i jajkiem

OWOC

399kcal W-365kcal

CZWARTEK 28 stycznia

Zupa pomidorowa z makaronem

Udko pieczone w sosie z ziemniakami i surówką z buraczków

Wege Ryż w sosie słodko-kwaśnym z ananasem

OWOC

354kcal W-340kcal

PIĄTEK 29 stycznia

Zupa warzywna minestrone

Kotlecik rybny z pieczonymi talarkami i surówką wiosenną

Wege Penne z warzywami pieczonymi

ciasto

390kcal W-330kcal