

Menu Stołówki Gminnej*. Wrzesień 2022 r. Wariant II - II danie **
12 poniedziałek
truskawki z jogurtem naturalnym i śmietaną, ryż biały 100 g + 200 g truskawki, <u>jogurt naturalny, śmietana 18 % (7)</u> , cukier, ryż biały
13 wtorek
filet drobiowy panierowany 1 szt. filet drobiowy <u>mąka pszenna (1), bułka tarta (1), jajka (3)</u> , sól, pieprz, olej rzepakowy ziemniaki 150 g <u>masło (7)</u> , sól surówka z marchewki i pora 50 g por, marchewka, jabłko, sól, pieprz, <u>majonez (3), jogurt naturalny (7)</u>
14 środa
łazanki 300 g kapusta, biała kiełbasa, boczek wędzony, sól, pieprz, cebul, <u>makaron (1, 3), masło (7)</u>
15 czwartek
kotlet mielony 1 szt. łopátka wieprzowa, filet drobiowy, cebula, czosnek, zioła, sól, pieprz, <u>pieczywo pszenne (1)</u> , przyprawa warzywna, papryka słodka i ostra, olej rzepakowy, ziemniaki 150 g <u>masło (7)</u> , sól buraki z chrzanem 50 g burak, sól, pieprz, cukier, ocet, chrzan tarty
16 piątek
naleśniki z dżemem o niskiej zawartości cukru 2 szt. <u>mąka pszenna (1), mleko (7), jajka (3), masło (7)</u> , olej rzepakowy, cukier wanilinowy, dżem niskosłodzony
19 poniedziałek
kluski leniwe 200 g <u>mąka pszenna (1), jajka (3), masło (7), twaróg półtłusty (7)</u> , sól, cukier
20 wtorek
udko pieczone 1 szt. udko drobiowe, czosnek, sól, pieprz, olej rzepakowy, papryka słodka i ostra, zioła ziemniaki 150 g <u>masło (7)</u> , sól mizeria 50 g ogórek, sól, pieprz, <u>śmietana 18 % (7)</u>
21 środa
spaghetti bolognese 150 g + 150 g <u>makaron (1, 3)</u> , łopátka wieprzowa, <u>ser mozzarella (7)</u> , cebula, czosnek, pomidory krojone, zioła, koncentrat pomidorowy, olej rzepakowy, pieprz, papryka słodka i ostra
22 czwartek
pulpety w sosie koperkowym 1 szt. łopátka wieprzowa, filet drobiowy, cebula, czosnek, <u>mąka pszenna (1) masło (7) pieczywo pszenne (1), śmietana 18 % (7)</u> , pieprz, sól, przyprawa warzywna, papryka słodka i ostra, zioła, olej rzepakowy, koperek, kasza jęczmienna 150 g (1), sałatka z buraków i jabłka 50 g burak, jabłko, sól, pieprz
23 piątek
panierowany filet z soli 1 szt. <u>filet z soli (4), bułka tarta (1), mąka pszenna (1), jajka (3)</u> , sól, pieprz, olej rzepakowy, ziemniaki 150 g, <u>masło (7)</u> , sól, surówka z kiszzonej kapusty 50 g, kiszona kapusta, jabłko, cebula, marchewka, cukier, sól, pieprz, kminek, olej rzepakowy
26 poniedziałek
jabłka prażone z cynamonem, ryż 100 g + 200 g jabłka prażone, cukier, sól, cynamon, ryż biały, <u>masło (7)</u>
27 wtorek
filet drobiowy pieczony 1 szt. filet drobiowy, <u>mąka pszenna (1)</u> , sól, pieprz, papryka ostra i słodka, zioła, olej rzepakowy ziemniaki 150 g <u>masło (7)</u> , sól surówka z marchewki i pora 50 g por, marchewka, jabłko, sól, pieprz, <u>majonez (3), jogurt naturalny (7)</u>
28 środa
twaróg z makaronem 100 g + 200 g <u>twaróg półtłusty (7), makaron (1, 3), masło (3)</u> , cukier, cukier wanilinowy, sól
29 czwartek
kotlet mielony 1 szt. łopátka wieprzowa, filet drobiowy, cebula, czosnek, zioła, sól, pieprz, <u>pieczywo pszenne (1)</u> , przyprawa warzywna, papryka słodka i ostra, olej rzepakowy, ziemniaki 150 g <u>masło (7)</u> , sól, buraki z chrzanem 50 g, burak, sól, pieprz, cukier, ocet, chrzan tarty
30 piątek
pierogi ruskie 7 szt. <u>mąka pszenna (1), jajka (3), twaróg półtłusty (7) masło (7)</u> , ziemniaki, olej rzepakowy, cebula, sól
* Stołówka Gminna zastrzega sobie możliwość wprowadzania zmian do menu . Do posiłku podajemy wodę mineralną (porcja = 200 ml). ** Zamówienia realizujemy w systemie tygodniowym. Nie istnieje możliwość selekcjonowania potraw w ciągu tygodnia. Cena - 8,50 zł

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, produkt oznaczony * może zawierać śladowe ilości glutenu, mleka, jaj, soi, selera, gorczycy. Podobnie jak używane do przygotowania posiłków przyprawy: pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, oregano, bazylija, tymianek, zioła prowansalskie, papryka słodka, pieprz ziołowy, cukier wanilinowy, koncentrat barszczu, przyprawa warzywna.