

Menu Stołówki Gminnej*. Wrzesień 2022 r. Wariant III – zupa + II danie**
12 poniedziałek
zupa kalafiorowa z makaronem wywar mięsny, kalafior, marchewka, pietruszka, <u>seler (9)</u> , cebula, czosnek, sól, pieprz, przyprawa warzywna, zioła, <u>makaron (1, 3)</u> 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
zupa ogórkowa z ryżem wywar mięsny, marchewka, pietruszka, <u>seler (9)</u> , ogórek kiszony, cebula, czosnek, <u>śmietana 18% (7)</u> , koperek, ryż, sól, pieprz, przyprawa warzywna, zioła 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
zupa z ziemniakami wywar mięsny, marchewka, pietruszka, <u>seler (9)</u> , cebula, czosnek, pietruszka nać, ziemniaki, sól, pieprz, zioła, przyprawa warzywna, bulion drobiowo – wołowy łazanki 300 g kapusta, biała kiełbasa, boczek wędzony, sól, pieprz, cebul, <u>makaron (1, 3), masło (7)</u>
15 czwartek
rosół , marchewka, pietruszka, <u>seler (9)</u> , cebula, czosnek, <u>zacierka (1, 3)</u> , sól, pieprz, zioła, przyprawa warzywna, bulion drobiowo – wołowy, kotlet mielony , łopatka wieprzowa, filet drobiowy, cebula, czosnek, zioła, sól, pieprz, <u>pieczywo pszenne (1)</u> , przyprawa warzywna, papryka słodka i ostra, olej rzepakowy ziemniaki, <u>masło (7)</u> , sól, buraki z chrzanem, burak, sól, pieprz, cukier, ocet, <u>chrzan tartym</u>
16 piątek
kapuśniak , marchewka, pietruszka, <u>seler (9)</u> , bulion mięsny, pieprz, sól, cebula, czosnek, zioła, przyprawa warzywna, ziemniaki, kapusta biała, kapusta kiszona naleśniki z dżemem o niskiej zawartości cukru <u>mąka pszenna (1), mleko (7), jajka (3), masło (7)</u> , olej rzepakowy, cukier wanilinowy, dżem niskosłodzony
19 poniedziałek
zupa pomidorowa marchewka, pietruszka, <u>seler (9)</u> , koncentrat pomidorowy, cebula, czosnek, <u>śmietana 18 % (7)</u> , pietruszka nać, sól, pieprz, ryż, bulion mięsny, przyprawa warzywna kluski leniwe <u>mąka pszenna (1), jajka (3), masło (7), twaróg półtłusty (7)</u> , sól, cukier
20 wtorek
krem dyniowy z groszkiem ptysiowym , dynia, marchewka, pietruszka, <u>seler (9)</u> , cebula, czosnek, olej rzepakowy, sól, pieprz, <u>śmietana 18 % (7)</u> , przyprawa warzywna, bulion warzywny, <u>groszek ptysiowy (1, 3)</u> udko pieczone udko drobiowe, czosnek, sól, pieprz, olej rzepakowy, papryka słodka i ostra, zioła, ziemniaki <u>masło (7)</u> , sól mizeria ogórek, sól, pieprz, <u>śmietana 18 % (7)</u>
21 środa
krupnik <u>kasza jęczmienna (1)</u> , marchewka, pietruszka, <u>seler (9)</u> , cebula, czosnek, koperek, sól, pieprz, przyprawa warzywna, zioła, ziemniaki, bulion mięsny spaghetti bolognese <u>makaron (1, 3)</u> , łopatka wieprzowa, <u>ser mozzarella (7)</u> , cebula, czosnek, pomidory krojone, zioła, koncentrat pomidorowy, olej rzepakowy, pieprz, papryka słodka i ostra
22 czwartek
rosół , marchewka, pietruszka, <u>seler (9)</u> , cebula, czosnek, <u>zacierka (1, 3)</u> , sól, pieprz, zioła, przyprawa warzywna, bulion drobiowo – wołowy pulpety w sosie koperkowym łopatka 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, <u>kasza jęczmienna (1)</u> , sałatka z buraków i jabłka burak, jabłko, sól, pieprz
23 piątek
grysikowa marchewka, pietruszka, <u>seler (9)</u> , bulion mięsny, cebula, czosnek, pietruszka nać, <u>kasza manna (1)</u> , sól, pieprz, przyprawa warzywna, zioła panierowany filet z soli <u>filet z soli (4), bułka tarta (1), mąka pszenna (1), jajka (3)</u> , sól, pieprz, olej rzepakowy, ziemniaki, <u>masło (7)</u> , sól, surówka z kiszanej kapusty, kiszona kapusta, jabłko, cebula, marchewka, cukier, sól, pieprz, kminek, olej rzepakowy
26 poniedziałek
zupa gulaszowa łopatka wieprzowa, marchewka, pietruszka, <u>seler (9)</u> , cebula, czosnek, sól, pieprz, olej rzepakowy, papryka czerwona, ogórek konserwowy, pieczarki, koncentrat pomidorowy 30 % jabłka prażone z cynamonem , ryż, jabłka prażone, cukier, sól, cynamon, <u>masło (7)</u>
27 wtorek
zupa ogórkowa marchewka, pietruszka, <u>seler (9)</u> , ogórek kiszony, cebula, czosnek, <u>śmietana 18% (7)</u> , koperek, ryż, sól, pieprz, przyprawa warzywna, zioła, bulion mięsny filet drobiowy pieczony filet drobiowy, <u>mąka pszenna (1)</u> , sól, pieprz, papryka ostra i słodka, zioła, olej rzepakowy, ziemniaki, <u>masło (7)</u> , sól surówka z marchewki i pora, por, marchewka, jabłko, sól, pieprz, <u>majonez (3), jogurt naturalny (7)</u>
28 środa
zupa fasolowa fasola bomba, marchewka, pietruszka, <u>seler (9)</u> , cebula, czosnek, sól, pieprz, zioła, przyprawa warzywna, bulion mięsny

twaróg z makaronem twaróg półtłusty (7), makaron (1, 3), masło (3), cukier, cukier wanilinowy, sól

29 czwartek

rosół marchewka, pietruszka, seler (9), cebula, czosnek, zacierka (1, 3), sól, pieprz, zioła, przyprawa warzywna, bulion drobiowo - wołowy
kotlet mielony łopatka wieprzowa, filet drobiowy, cebula, czosnek, zioła, sól, pieprz, pieczywo pszenne (1), przyprawa warzywna, papryka słodka i ostra, olej rzepakowy, ziemniaki masło (7), sól, buraki z chrzanem, burak, sól, pieprz, cukier, ocet, chrzan tartý

30 piątek

barszcz czerwony marchewka, pietruszka, seler (9), burak czerwony, bulion mięsny, pieprz, sól, cebula, czosnek, zioła, ziemniaki, śmietana 18 % (7), przyprawa warzywna, koncentrat barszczu

pierogi ruskie mąka pszenna (1), jajka (3), twaróg półtłusty (7), masło (7), 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 9.00 zł – dotyczy uczniów. Dla osób spoza tego grona cena za obiad dwudaniowy wynosi 11.00 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 , gorzycy.

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 .