



## MENU OBIADOWE SZKOŁA

OD 04.09 DO 29.09

### PONIEDZIAŁEK 04.09

**Zupa:** Ogórkowa na wywarze mięsnym z ziemniakami i koperkiem zabelona /7,9/

**Drugie danie:** Kolorowe ratatouille /dynia, bakłażan, cukinia, papryka, marchewka, ziemniak / pyzy drożdżowe /1,7/ ogórek kiszony w słupkach

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Jogurt naturalny z biszkoptami i musem owocowym /1,7/ Jabłko

### WTOREK 05.09

**Zupa:** Koperkowa z kaszą bulgur ziemniakami i śmietaną /1,7,9/

**Drugie danie:** Domowe chilli corn carne /marchewka, dynia, czerwona fasolka, kukurydza/ z mięsem mielonym drobiowo-wieprzowym ryż jaśminowy dip jogurtowy /7/

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Ciasto na maślance ze śliwkami i kruszonką /1,3,7/

### ŚRODA 06.09

**Zupa:** Rosół na mięsach mieszanych z jarzynami makaronem i natką pietruszki /1,9/

**Drugie danie:** Polędwiczki z kurczaka w panierce kukurydzianej /1,3/ puree ziemniaczane z koperkiem /7/ mizeria z ogórków i rzodkiewek /7/

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Gruszka / Wafelki kukurydziane 2 sztuki

### CZWARTEK 07.09

**Zupa:** Kalafiorowa z ziemniakami i fasolką szparagową /9/

**Drugie danie:** Delikatny gyros drobiowy kasza bulgur /1/surówka koperkowa z kukurydzą lekki dip ogórkowy na jogurcie naturalnym /7/

Napój: Lemoniada

Deser: Babka marmurkowa /1,3/

### PIĄTEK 08.09

**Zupa:** Krem marchewkowy z czerwoną soczewicą /9/ i groszkiem ptysiowym /1/

**Drugie danie:** Naleśniki /1,3,7/ twarożek truskawkowy /7/ mus banan-mango-brzoskwinia

Napój: Napar ziołowo-owocowy

Deser: Jogurtowe mango lassi z bananem i kurkumą /7/

### PONIEDZIAŁEK 11.09

**Zupa** Ryżowa na rosole drobiowym z natką pietruszki /9/

**Drugie danie:** Makaron spaghetti z pszenicy durum /1/ z sosem bolońskim drobiowo-wieprzowym tarty ser gouda /7/

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Arbuz / Wafelki z ciecierzycy dwie sztuki

### WTOREK 12.09

**Zupa:** Szczawiowa z jajkiem i śmietanką /3,7,9/

**Drugie danie:** Kotlet schabowy w panierce kukurydzianej /1,3/ gotowane ziemniaki z koperkiem surówka z kiszanej kapusty marchewki i jabłka

Napój: Lemoniada jabłkowa

Deser: Drożdżówka z owocem i kruszonką /1,3,7/

### ŚRODA 13.09

**Zupa:** Wielowarzywna z fasolką szparagową ziemniakami i kalafiozem /9/

**Drugie danie:** Strogonow drobiowy /bez pieczarek/ kasza pęczak z natką pietruszki /1/ surówka z buraczków z natką pietruszki

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Truskawkowa panna cotta /7/

### CZWARTEK 14.09

**Zupa:** Pomidorowa z makaronem farfalle i świeżą natką pietruszki /zabielana//7,9/

**Drugie danie:** Kotlet de volaile z masłem i natką pietruszki /1,3,7/ puree ziemniaczane z koperkiem /7/ surówka z białej kapusty jabłka i marchewki

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Szarlotka z cynamonową kruszonką /1,3/

### PIĄTEK 15.09

**Zupa:** Krem zmaniaczono –porowy z gałką muskatołową i grzankami razowymi /1,7,9/

**Drugie danie:** Pancakes /1,3,7/ z domowym serkiem czekoladowym /7/sos z owoców leśnych

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Śliwka / Gruszka

### **PONIEDZIAŁEK 18.09**

**Zupa:** Krem z pomidora marchewki dyni i pieczonej papryki ze śmietanką i tartą mozzarellą /7,9/

**Drugie danie:** Gulasz drobiowy z cukinią i kolorowymi warzywami jesiennymi kukurydziana polenta  
ogórek kiszony w słupkach

Napój: Lemoniada owocowa

Deser: Banan / 2 herbatniki /1,3,7/

### **WTOREK 19.09**

**Zupa:** Krupnik z kaszą jęczmienną i natką pietruszki na wywarze mięsny /1,9/

**Drugie danie:** Domowy kotlecik mielony /1,3/ z duszoną cebulką /1/ gotowane ziemniaczki baby z koperkiem surówka z buraczków cebulki i marchewki

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Ciasto marchewkowe z żurawiną i ananase /1,3/

### **ŚRODA 20.09**

**Zupa:** Barszcz ukraiński z białą fasolką i kapustą na wywarze mięsny /zabielony /7,9/

**Drugie danie:** Makaron penne /1/ z sosem carbonara ze śmietaną szynką i natką pietruszki /3,7/

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Ciastko francuskie z owocem /1,7/

### **CZWARTEK 21.09**

**Zupa:** Rosół na mięsie drobiowym z jarzynami makaronem i natką pietruszki /1,9/

**Drugie danie:** Kofty drobiowe z natką pietruszki /1,3/ sos tatarski ryż paraboliczny surówka z czerwonej kapusty z marchewką i jabłkiem

Napój: Kompot wieloowocowy

**Deser:** Pizzerinki z serem mozzarella /1,7/

### **PIĄTEK 22.09**

**Zupa:** Krem z czerwonej soczewicy z pomidorami i śmietaną /7,9/

**Drugie danie:** Paluszki rybne z dorsza /1,3,4/ puree ziemniaczane z koperkiem /7/ surówka z kiszonej kapusty z jabłkiem i natką pietruszki

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Crumble owocowe pod cynamonową kruszonką /1/

### **PONIEDZIAŁEK 25.09**

**Zupa:** Ogórkowa na wywarze mięsny z ziemniakami koperkiem i śmietaną /7,9/

**Drugie danie:** Potrawka z kurczaka z marchewką i porem /7,9/ ryż jaśminowy z natką pietruszki  
blanszowany mix warzyw

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Jabłko / 3 biszkopty /1,3,7/

### WTOREK 26.09

**Zupa:** Pomidorowa na wywarze drobiowym z ryżem jaśminowym i śmietanką /7,9/

**Drugie danie:** Filet drobiowy w delikatnej panierce /1,3/ puree ziemniaczane z koperkiem /7/ kapusta modra z jabłkiem i natką pietruszki na ciepło

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Ciasto dyniowe z kremem serowym /1,3,7/

### ŚRODA 27.09

**Zupa:** Krem z białych warzyw i cukinii z koperkiem i razowymi grzankami /1,9/

**Drugie danie:** Pierogi z mięsem /1/ okraszone cebulką kwaśna śmietana /7/ duszona kapusta kiszona

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Jabłko/ Ciasteczko kukurydziane ze słonecznikiem /3/

### CZWARTEK 28.09

**Zupa:** Kapuśniak ze słodkiej i kwaśnej kapusty na wywarze mięsnym /9/

**Drugie danie:** Pieczona pałka kurczaka gotowane ziemniaczki z koperkiem surówka z pora jabłka i białej kapusty

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Bułeczka cytrynowa /1,3,7/

### PIĄTEK 29.09

**Zupa:** Kalafiorowa z ziemniakami i koperkiem /zabielona /7,9/

**Drugie danie:** Makaron farfalle /1/ w sosie neapolitańskim z marchewką bazylią i serem mozzarella /7/

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Budyń czekoladowy z musem wiśniowym /7/

### ALERGENY POKARMOWE WYSTĘPUJĄCE W POSIŁKACH:

**1** – Zboża zawierające gluten, **2** – Skorupiaki i produkty pochodne

**3** – Jaja i produkty pochodne, **4** – Ryby i produkty pochodne, **5** – Orzeszki ziemne (arachidowe)

**6** – Soja i produkty pochodne, **7** – Mleko i produkty pochodne, **8** – Orzechy, **9** – Seler i produkty pochodne, **10** –

Gorczyca i produkty pochodne, **11** – Nasiona sezamu i produkty pochodne

**12** – Dwutlenek siarki, **13** – Łubin, **14** – Mięczaki