

Menu Stołówki Gminnej. * ** Październik 2022 r.

03 poniedziałek

zupa pomidorowa 250 ml marchewka, pietruszka, seler (9) koncentrat pomidorowy, cebula, czosnek, śmietana 18 % (7) pietruszka nać, sól, pieprz, ryż, bulion mięsny, przyprawa warzywna kluski **leniwe 200 g mąka pszenna (1) jajka (3) masło (7) twaróg półtłusty (7)** sól, cukier

04 wtorek

krem dyniowy 250 ml dynia, marchewka, pietruszka, seler (9), cebula, czosnek, olej rzepakowy, sól, pieprz, śmietana 18 % (7) przyprawa warzywna, bulion warzywny, makaron (1, 3) filet **drobiowy pieczony 1 szt.** filet drobiowy mąka pszenna (1) sól, pieprz, papryka ostra i słodka, zioła, olej rzepakowy ziemniaki **150 g masło (7) sól mizeria 50 g** ogórek, sól, pieprz, śmietana 18 % (7)

05 środa

krupnik 250 ml kasza jęczmienna (1) marchewka, pietruszka, seler (9) cebula, czosnek, koperek, sól, pieprz, przyprawa warzywna, zioła, ziemniaki, bulion mięsny spaghetti **Bolonie 150 g + 150 g makaron (1, 3)** łopatka wieprzowa, ser mozzarella (7) cebula, czosnek, pomidory krojone, zioła, koncentrat pomidorowy, olej, sól, pieprz, papryka słodka i ostra

06 czwartek

zupa z grochu omielonego 250 ml groch omielony , marchewka , pietruszka , seler (9) cebula , czosnek ,sól , pieprz , zioła , przyprawa warzywna bulion mięsny pulpety w sosie koperkowym 150 g łopatka wieprzowa , filet drobiowy , cebula, czosnek, mąka pszenna (1) masło (7) pieczywo pszenne (1) , śmietana 18 % (7) pieprz , sól , przyprawa warzywna , papryka słodka i ostra , zioła , olej , koperek kasza jęczmienna (1) 150 g sałatka z buraków i jabłka 50 g burak , jabłko , sól , pieprz

07 piątek

grysikowa 250 ml marchewka, pietruszka, seler (9) bulion mięsny, cebula, czosnek, pietruszka nać, kaszka manna (1) sól, pieprz, przyprawa warzywna, zioła **panierowany filet z soli 1 szt.** filet z soli (4) bułka tarta (1) mąka pszenna (1) jajka (3) sól, pieprz, olej ziemniaki **150 g masło, sól surówka z kiszzonej kapusty 50 g** kiszona kapusta, jabłko, cebula, marchewka, cukier, sól, pieprz kminek,

10 poniedziałek

zupa kalafiorowa 250 ml kalafior, marchewka, pietruszka, seler (9) cebula, czosnek, sól, pieprz, przyprawa warzywna, zioła, makaron (1, 3) bulion drobiowy truskawki z jogurtem naturalnym i śmietaną 100 g, ryż biały 200 g truskawki, jogurt naturalny, śmietana 18 % (7) cukier

11 wtorek

zupa ogórkowa 250 g marchewka, pietruszka, seler (9) ogórek kiszony, cebula, czosnek, śmietana 18% (7), koperek, ryż sól, pieprz, przyprawa warzywna, zioła, bulion mięsny filet drobiowy panierowany 1 szt. filet drobiowy mąka pszenna (1) bułka tarta (1) jajka (3) sól, pieprz, olej ziemniaki 150 g masło (7) sól surówka z marchewki i pora 50 g por, marchewka, jabłko, sól, pieprz, majonez (3) jogurt naturalny (7)

12 środa

barszcz czerwony 250 ml marchewka, pietruszka, seler (9) burak czerwony, bulion mięsny, pieprz, sól, cebula, czosnek, zioła, ziemniaki, śmietana 18 % (7) przyprawa warzywna, koncentrat barszczu pierogi **ruskie 7 szt.** mąka pszenna (1) jajka (3) twaróg półtłusty (7) masło (7) ziemniaki, olej, cebula, sól

13 czwartek

zupa pieczarkowa 250 ml marchewka, pietruszka, seler (9) cebul , czosnek śmietana 18 % (7) masło (7) pieczarki , pietruszka nać , makaron (1, 3) sól , pieprz , przyprawa warzywna , bulion warzywny gulasz wieprzowy 150 g łopatka wieprzowa, mąka pszenna (1) sól , pieprz , zioła , papryka słodka i ostra , cebula , czosnek , olej kasza jęczmienna (1) 150 g surówka z czerwonej kapusty 50 g kapusta czerwona , cebula , jabłko , marchew , sól , pieprz , pietruszka nać , majonez (3)

14 piątek

kapuśniak 250 ml marchewka, pietruszka, seler (9) bulion mięsny, pieprz, sól, cebula czosnek, zioła, przyprawa warzywna, ziemniaki, kapusta biała, kapusta kiszona naleśniki z dżemem o niskiej zawartości cukru 2 szt. mąka pszenna (1) mleko (7) jajka (3) masło (7) olej rzepakowy, cukier wanilinowy, dżem niskosłodzony

17 poniedziałek

zupa z soczewicy 250 ml soczewica, marchewka, pietruszka, seler (9), cebula, czosnek, śmietana 18 % (7), sól, pieprz, zioła, bulion warzywny, przyprawa warzywna, koncentrat pomidorowy, pomidory krojone, makaron (1, 3) racuchy z jabłkami 2 szt. mąka pszenna (1) jajka (3) mleko (7) proszek do pieczenia, olej rzepakowy, jabłka, cukier puder

18 wtorek

zupa brokułowi 250 ml brokuły , marchewka, pietruszka, seler (9) cebula, czosnek, masło (7), śmietana 18 % (7) sól, pieprz, zacierka (1, 3) przyprawa warzywna , bulion warzywny **potrawka z indyka 150 g** filet z indyka , cebula , czosnek , marchewka , pietruszka , mąka pszenna (1) , śmietana 18 % (7) sól, pieprz , olej rzepakowy , zioła , pietruszka nać **ziemniaki 150 g** masło (7) sól **surówka hawajska 50 g** kapusta biała , marchewka, kukurydza , ananas , sól , pieprz , majonez (3), jogurt naturalny (7)

19 środa

żurek z ziemniakami 250 ml marchewka, pietruszka, seler (9), cebula, czosnek, sól, pieprz, zioła, ziemniaki, kiełbasa, boczek koncentrat żurku twaróg 100 g z makaronem 200 g twaróg półtłusty (7) makaron (1, 3) masło (3) cukier, cukier wanilinowy, sól

20 czwartek

rosół 250 ml marchewka, pietruszka, seler (9) cebula, czosnek, makaron (1,3) sól, pieprz, zioła, przyprawa warzywna, bulion drobiowo – wołowy kotlet mielony 1 szt. łopatka wieprzowa, filet drobiowy, cebula, czosnek, zioła, sól, pieprz, pieczywo pszenne (1) przyprawa warzywna, papryka słodka i ostra, olej rzepakowy ziemniaki 150 g masło (7) sól buraki z chrzanem 50 g burak, sól, pieprz, cukier, ocet, chrzan tarty

21 piątek

zupa z fasolki szparagowej, zielonego groszku i kalafiora 250 ml marchewka, pietruszka, seler (9), cebula, czosnek, śmietana 18 % (7) pietruszka nać, sól, pieprz, ryż, bulion mięsny, przyprawa warzywna, fasolka szparagowa, zielony groszek, kalafior panierowany filet z soli 1 szt. filet z soli (4) bułka tarta (1) mąka pszenna (1) jajka (3) sól, pieprz, olej rzepakowy

ziemniaki **150 g masło**, sól **surówka z kiszonej kapusty 50 g** kiszona kapusta, jabłko, cebula, marchewka, cukier, sól, pieprz kminek, olej rzepakowy

24 poniedziałek

zupa gulaszowa 250 ml łopatką wieprzowa, marchewka, pietruszka, seler (9), cebula, czosnek, sól, pieprz, olej rzepakowy, papryka czerwona, ogórek konserwowy, pieczarki, koncentrat pomidorowy 30 % **jabłka prażone z cynamonem 100 g**, **ryż biały 200 g** jabłka prażone, cukier, sól, cynamon, masło (7)

25 wtorek

krem z cukinii 250 ml cukinia, marchewka, pietruszka, seler (9), cebula, czosnek, olej rzepakowy, sól, pieprz, śmietana 18 % (7), przyprawa warzywna, bulion warzywny, makaron (1, 3) filet drobiowy pieczony 1 szt. filet drobiowy mąka pszenna (1) sól, pieprz, papryka ostra i słodka, zioła, olej rzepakowy ziemniaki 150 g masło (7) sól surówka z marchewki i pora 50 g por, marchewka, jabłko, sól, pieprz, majonez (3) jogurt naturalny (7)

26 środa

zupa z ziemniakami 250 ml marchewka, pietruszka, seler (9) cebula, czosnek, pietruszka nać, ziemniaki, sól, pieprz, zioła, przyprawa warzywna, bulion drobiowo – wołowy łazanki 300 g kapusta biała, kiełbasa, boczek wędzony, sól, pieprz, cebula, makaron (1, 3) masło (7)

27 czwartek

zupa z małej fasoli 250 ml fasola bomba, marchewka, pietruszka, seler (9) cebula, czosnek, sól pieprz, przyprawa warzywna, bulion warzywny schab pieczony 1 szt. schab mąka pszenna (1) sól, pieprz, zioła, papryka słodka i ostra, zioła, olej kasza jęczmienna (1) 150 g mizeria 50 g ogórek, sól, pieprz, śmietana 18 % (7)

28 piątek

barszcz czerwony 250 ml marchewka, pietruszka, seler (9) burak czerwony, bulion mięsny, pieprz, sól, cebula, czosnek, zioła, ziemniaki, śmietana 18 % (7) przyprawa warzywna, koncentrat barszczu naleśniki **z dżemem o niskiej zawartości cukru 2 szt.** mąka pszenna (1) mleko (7) jajka (3) masło (7) olej rzepakowy, cukier wanilinowy, dżem niskosłodzony

* **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.

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, koncentrat żurku