

PLACÓWKA:

SZKOŁA CYNAMONOWA

DATA:

03– 14.03.2025r.

OBIAD			
Poniedziałek 03.03	Zupa kalafiorowa z ziemniakami (zawiera: seler, pszenicę, mleko) 300ml Spaghetti z sosem bolońskim (zawiera: pszenicę) 220g, ogórek kiszony 80g, kompot cytrusowy z miętą 200ml DESER – Jabłko 1szt.	Poniedziałek 10.03	Zupa ogórkowa z ziemniakami (zawiera: seler, mleko, pszenicę) 300ml Penne z sosem neapolitańskim z mozzarellą (zawiera: pszenicę, mleko) 220g, surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą 80g, kompot cytrusowy z miętą 200ml DESER – Mandarynka 1szt.
Wtorek 04.03	Krupnik ryżowy z natką pietruszki (zawiera: seler) 300ml Siekane kotlety z piersi kurczaka z warzywami (zawiera: pszenicę, jaja, mleko) 80g, ziemniaki 150g, kolorowa surówka z białej i czerwonej kapusty (zawiera: mleko) 80g, kompot truskawkowy 200ml DESER – Smoothie jabłko - marchew -pomarańcza 150ml	Wtorek 11.03	Rosół z zacierką jajeczną (zawiera: seler, pszenicę, jaja) 300ml Kotlet pożarski (zawiera: pszenicę, jaja) 80g, ziemniaki 150g, buraczki zasmażane (zawiera: pszenicę) 80g, kompot wieloowocowy (truskawka, porzeczka, śliwka) 200ml DESER – Ciasto marchewkowe z żurawiną własnego wypieku (zawiera: pszenicę, jaja, mleko) ok. 60g
Środa 05.03 POPIELEĆ	Zupa czosnkowo – serowa z mini makaronem (zawiera: seler, pszenicę, mleko) 300ml Stripsy z dorsza i mintaja (zawiera: ryby, pszenicę) 80g, ziemniaki 150g, sałata z dipem czosnkowym (zawiera: mleko) 80g, kompot wieloowocowy (truskawka, porzeczka, wiśnia) 200ml DESER – Banan 1szt.	Środa 12.03	Zupa jarzynowa ze szpinakiem i ziemniakami (zawiera: seler, mleko, pszenicę) 300ml Knedlik drożdżowy (zawiera: pszenicę, jaja) z gulaszem z szynki wieprzowej (zawiera: pszenicę) 130/100g, surówka z ogórka kiszzonego 80g, kompot wieloowocowy (truskawka, porzeczka, śliwka) 200ml DESER – Gruszka 1szt.
Czwartek 06.03	Zupa kapuśniak z kiszzonej kapusty z ziemniakami (zawiera: seler, pszenicę) 300ml Klopsy z indyka w sosie pomidorowym (zawiera: pszenicę, jaja) 80/80g, kasza pęczak (zawiera: jęczmień) 150g, fasolka szparagowa z sezamem (zawiera: sezam) 80g, kompot wieloowocowy (gruszka, porzeczka, śliwka) 200ml DESER – Gruszka 1szt.	Czwartek 13.03	Krem z pieczonej dyni z grzankami (zawiera: seler, mleko, pszenicę, żyto) 300ml Udko pieczone z kurczaka 1szt., ziemniaki 150g, mini marchewki z sezamem (zawiera: sezam) 80g, kompot jabłkowy z cynamonem 200ml DESER – Koktajl truskawkowy (zawiera: mleko) 150ml
Piątek 07.03	Krem buraczany z grzankami czosnkowymi (zawiera: seler, pszenicę, żyto, mleko) 300ml Pierogi ruskie (zawiera: pszenicę, mleko) 5szt., surówka z marchewki, selera i pora ze śmietaną (zawiera: seler, mleko) 80g, kompot jabłkowy 200ml DESER – Kisiel truskawkowy z owocami 150ml	Piątek 14.03	Zupa pomidorowa z makaronem (zawiera: mleko, seler, pszenicę) 300ml Mintaj w panierce (zawiera: jaja, ryby, pszenicę) 80g, ziemniaki 150g, surówka z kiszzonej kapusty 80g, kompot cytrusowy z melisą 200ml DESER – Jabłko 1szt.

Pogrubioną czcionką **oznaczono alergeny** zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011. W zakładzie produkcyjnym używa się: zboża zawierające gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasiona sezamu, orzechy. Każda potrawa może zawierać wyżej wymienione alergeny. Podczas wydawania posiłków do wybranej surówki dostępne są dla dzieci ziarna tkj. (słonecznik, dynia i siemię lniane). Firma Horyzonty Smaku zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie z przyczyn technologicznych i losowych.

Opracowano przez: dietetyk Olę Będzińską



PLACÓWKA:

SZKOŁA CYNAMONOWA

DATA:

17–28.03.2025r.

OBIAD			
Poniedziałek 17.03	Żurek z ziemniakami (zawiera: seler, pszenicę, żyto, mleko) 300ml Wieprzowina po meksykańsku (zawiera: pszenicę) 150g, ryż paraboliczny 150g, żółta i zielona fasolka szparagowa 80g, kompot cytrusowo - miętowy 200ml DESER – Bio sezamki z siemieniem lnianym (zawiera: pszenicę, sezam) 30g	Poniedziałek 24.03	Zupa kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami (zawiera: seler, pszenicę) 300ml Sos z chudej wieprzowiny (zawiera: pszenicę) 150g, kasza jęczmienna (zawiera: jęczmień) 150g, surówka z fasolki szparagowej, kukurydzy i marchewki z winegret (zawiera: gorczycę) 80g, kompot cytrusowy z melisą 200ml DESER – Shake bananowy (zawiera: mleko) 150ml
Wtorek 18.03	Krupnik z kaszy wiejskiej z lubczykiem (zawiera: jęczmień, seler) 300ml Frykadelka z szynki z soczewicą (zawiera: pszenicę, jaja) 80g, ziemniaki 150g, surówka coleslaw (zawiera: mleko, jaja, gorczycę) 80g, kompot wiśniowy 200ml DESER – Mandarynka 1szt.	Wtorek 25.03	Zupa pomidorowa z ryżem (zawiera: seler, mleko) 300ml Burger drobiowy z cukinią (zawiera: jaja, pszenicę) 80g, ziemniaki 150g, mix sałat z dipem jogurtowo - ziołowym (zawiera: mleko) 80g, kompot jabłkowy 200ml Owoc DESER – Bio batonik orkiszowo – owsiany (zawiera: owies, pszenicę orkisz, mleko) 1szt.
Środa 19.03	Zupa brokułowa z ziemniakami (zawiera: mleko, pszenicę, seler) 300ml Bitka drobiowa w sosie śmietanowo – porowym (zawiera: pszenicę, mleko) 80/80g, kasza gryczana 150g, surówka z buraczków z cebulką 80g, kompot jabłkowy z dziką różą 200ml DESER – Jabłko 1szt.	Środa 26.03	Krupnik z trzech kasz (jaglana, biała gryczana, wiejska) (zawiera: seler, jęczmień) 300ml Penne a'la carbonara z szynką (zawiera: pszenicę, mleko) 220g, brokuły na parze posypane słonecznikiem 80g, kompot wieloowocowy (truskawka, porzeczka, śliwka) 200ml DESER – Mandarynka 1szt.
Czwartek 20.03	Rosół z makaronem i natką pietruszki (zawiera: seler, pszenicę) 300ml Stripsy z mintaja (zawiera: ryby, pszenicę) 80g, ziemniaki 150g, surówka z kapusty pekińskiej z winegret i ziarnami słonecznika (zawiera: gorczycę) 80g, kompot truskawkowy 200ml DESER – Banan 1szt.	Czwartek 27.03	Krem z kalafiora z curry i grzankami (zawiera: seler, mleko, pszenicę, żyto, gorczycę) 300ml Morszczuk w panierce (zawiera: ryba, pszenicę, jaja) 80g, ziemniaki 150g, surówka z białej kapusty z jabłkiem 80g, kompot cytrusowy z melisą 200ml DESER – Banan 1szt.
Piątek 21.03	Barszcz czerwony z ziemniakami (zawiera: seler, pszenicę, mleko) 300ml Naleśniki z serkiem kakaowym (zawiera: pszenicę, mleko, jaja) 2szt., polewa waniliowa (zawiera: mleko) 50g, surówka z marchewki z sokiem z cytryny 80g, kompot wieloowocowy (jabłko, porzeczka, śliwka) 200ml DESER – Snacki popkornowe naturalne 35g	Piątek 28.03	Zupa grochowa z ziemniakami (zawiera: seler) 300ml Makaron z serem (zawiera: pszenicę, mleko) 220g, polewa jogurtowo-truskawkowa (zawiera: mleko) 80g, surówka z marchewki i brzoskwini 80g Kompot cytrusowy z miętą 200ml DESER – Jabłko 1szt.

PLACÓWKA: SZKOŁA CYNAMONOWA		DATA: 31.03.2025r.
DZIEŃ	OBIAD	
Poniedziałek 31.03	Zupa pomidorowa z kaszą jaglaną (zawiera: seler) 300ml Kotlet mielony (zawiera: pszenicę, jaja) 80g, ziemniaki 150g, bukiet warzyw na parze (kalafior, groszek, mini marchew) 80g, kompot cytrusowy z miętą 200ml DESER – Mandarynka 1szt.	