

# Szkolna Stołówka u Stasia – Menu wegetariańskie



Dzień tyg.	Data	I Danie	II Danie
Poniedziałek	02.03.2020.	Zupa wiejska z ziemniakami (300ml). <i>Alergeny: seler, śmietana, mąka pszenna</i> Składniki: marchew, pietruszka, ziemniaki, kapusta biała, czosnek, cebula, natka	Kluski na parze z koktajlem truskawkowym (300g) kompot(200ml) <i>Alergeny: mąka pszenne,, jajka, śmietana</i> Składniki: truskawki, jogurt, czarne porzeczki, cukier, jabłko
Wtorek	03.03.2020	Zupa krupnik (300ml) <i>Alergeny: śmietana, seler, masło, gluten</i> Składniki: marchew, pietruszka, kasza jęczmienna, natka	Kotleciki z jajek (150g), ziemniaki(200g), kapusta czerwona(150g), kompot (200ml). <i>Alergeny: mąka pszenna, jajko</i> Składniki: ziemniaki, cebula, olej, kapusta czerwona, majonez, porzeczki, czarne, jabłko, cukier, bułka tarta
Środa	04.03.2020	Zupa jarzynowa z ziemniakami (300ml) <i>Alergeny: seler, masło, śmietana</i> Składniki: marchew, pietruszka, por, cebula, fasolka, kalafior, koperek, ziemniaki	Gulasz warzywny z tofu (150g) kasza bulgur (200g) ogórek konserwowy (150g) kompot(200ml) <i>Alergeny: mąka pszenna, gluten</i> Składniki: tofu, papryka, marchewka, pietruszka, pomidory, kasza ogórek konserwowy, czarna porzeczka, cukier
Czwartek	05.03.2020	Zupa krem pomidorowy z grzankami (300ml). <i>Alergeny: seler, masło, śmietana, mąka pszenna</i> Składniki: pomidory, marchew, pietruszka, grzanki, cebula, natka	Kotleciki z ciecierzycy (150g) ziemniaki(200g) surówka z selera (150g) kompot(200ml) <i>Alergeny: seler, jajko, mąka pszenna, śmietana</i> Składniki: ciecierzycy, bułka tarta, ziemniaki, czarne porzeczki, jabłko, cukier
Piątek	06.03.2020	Zupa z fasolki szparagowej z makaronem (300ml). <i>Alergeny: seler, śmietana, masło, jajko, mąka pszenna</i> , Składniki, : fasolka szparagowa, makaron, marchew, pietruszka, por	Paluszki rybne(150g), ziemniaki(200g), buraczki z chrzanem(150g)kompot (200ml) <i>Alergeny:mąka pszenna , jajko</i> Składniki: paluszki rybne, ziemniaki, buraki, chrzan, czarna porzeczka, jabłko, cukier

Dzień tyg.	Data	I Danie	II Danie
Poniedziałek	09.03.2020	Zupa szczawiowa z ziemniakami(300ml) <i>Alergeny: masło, seler, śmietana Składniki: marchew, pietruszka, przecier szczawiowy, ziemniaki</i>	Łazanki z kapustą i pieczarkami (300g) kompot(200ml) <i>Alergeny: mąka pszenna, jajka Składniki: makaron, kapusta biała, pieczarki, olej, porzeczki, cukier</i>
Wtorek	10.03.2020.	Zupa pomidorowa z kaszą (300ml) <i>Alergeny: gluten, masło, seler, Składniki: ,marchew, pietruszka, pomidory, natka, kasza jęczmienna</i>	Kotleciki z groszku zielonego (150g) ziemniaki(200g), colesław (150g) kompot(200ml) <i>Alergeny: mąka pszenne, śmietana, jajka Składniki: groszek zielony,, cebula, kapusta biała, marchew, bułka tarta, olej, czarne porzeczki, cukier</i>
Środa	11.03.2020	Zupa kalafiorowa z ziemniakami (300ml) <i>Alergeny: seler, masło, śmietana Składniki: kalafior, , cebula, marchew, pietruszka, ziemniaki</i>	Tofu w sosie pomidorowym (150g) ryż (200g) sałatka szwedzka (150g) kompot(200ml) <i>Alergeny: śmietana, gluten, mąka pszenna, Składniki: tofu, pomidory, , marchewka, pietruszka, natka, ryż, ogórek, cebula, porzeczka czarna, cukier</i>
Czwartek	12.03.2020.	Zupa krem brokułowy z grzankami (300ml) <i>Alergeny: seler, śmietana, masło, mąka pszenna Składniki: marchew, pietruszka,, brokuł, grzanki, wywar warzywny,</i>	Kotleciki z soczewicy (150g) ziemniaki (200g) surówka z kapusty pekińskiej (150g) kompot(200ml) <i>Alergeny: mąka pszenna, jajka, śmietana, Składniki: soczewica, bułka tarta, olej, ziemniaki, kapusta pekińska, cebula, czarna porzeczka, cukier</i>
Piątek	13.03.2020.	Zupa koperkowa z makaronem (300ml). <i>Alergeny: seler, śmietana, mąka pszenna, jajko Składniki – marchew, pietruszka, por, koperek, cebula, makaron,</i>	Placki ziemniaczane z sosem pieczarkowym (300g) kompot(200ml) <i>Alergeny: jajka, śmietana, mąka pszenna,, seler, Składniki: , pieczarki, olej, natka, ziemniaki, czarna porzeczka, cukier</i>
Dzień tyg.	Data	I Danie	II Danie
Poniedziałek	16.03.2020.	Zupa żurek z jajkiem i ziemniakami (300ml) <i>Alergeny: seler, jajko, śmietana Składniki: , marchew, pietruszka,, ziemniaki, cebula, żurek, zakwas</i>	Pierogi ruskie (300g) kompot (200ml) <i>Alergeny jajko, mąka pszenna, Składniki: , ser biały, ziemniaki, cebula, olej, , porzeczki czarne, jabłka, cukier</i>

Wtorek	17.03.2020.	Zupa ogórkowa z ryżem (300ml). <i>Alergeny – seler, śmietana, masło</i> Składniki –, cebula, marchew, seler, pietruszka, koper, śmietana, ryż,	Makaron penne z suszonymi pomidorami i pesto (300g) kompot(200ml). <i>Alergeny – jajka, mąka pszenna</i> Składniki makaron, marchew, pomidory suszone, pesto, olej, jabłka, czarna porzeczka, cukier
Środa	18.03.2020.	Zupa grysikowa (300ml) <i>Alergeny: seler, masło, gluten</i> Składniki: pietruszka, natka, marchew, por, kasza manna	Fasolka po bretońsku z tofu i warzywami + pieczywo (300g) kompot(200ml) <i>Alergeny: mąka pszenna, seler</i> Składniki: fasola Jaś, pomidory, tofu, papryka, pieczywo, marchew, pietruszka, czarna porzeczka, cukier
Czwartek	19.03.2020	Zupa grochowa przecierana z grzankami (300ml). <i>Alergeny: seler, masło, mąka pszenna, śmietana</i> Składniki – groszek fuskany, marchew, pietruszka, por, grzanki	Kotleciki z jajek (150g) ziemniaki (200g), kapusta zasmażana (100g), kompot (200ml). <i>Alergeny: seler, masło, mąka pszenna, jajka</i> Składniki: bułka tarta, kapusta kiszona, ziemniaki, cukier, olej, porzeczki, jabłka
Piątek	20.03.2020.	Zupa barszcz czerwony zabielały z ziemniakami (300ml). <i>Alergeny: śmietana, seler, masło,</i> Składniki, : buraki, cebula, wywar warzywny, marchew, pietruszka, , czosnek,, ziemniaki	Naleśniki z serem (300g), kompot(200ml). <i>Alergeny: jajko, mąka pszenna, mleko</i> Składniki: ser biały, porzeczka czarna, cukier, cukier puder
Dzień tyg.	Data	I Danie	II Danie
Poniedziałek	23.03.2020	Zupa neapolitańska z ziemniakami(300ml) <i>Alergeny: seler, ser żółty, masło, śmietana, mleko,</i> Składniki: marchew, pietruszka, ziemniaki, fasolka szparagowa, groszek zielony	Makaron tagiatelle z warzywami (300g) kompot (200ml) <i>Alergeny: śmietana, jajko, seler, mąka pszenna</i> Składniki: papryka, por, marchew, pietruszka, pomidory, porzeczki czarne, jabłka, cukier
Wtorek	24.03.2020.	Zupa pieczarkowa z makaronem (300ml) <i>Alergeny: seler, jajko, masło, mąka pszenna, śmietana</i> Składniki: marchew, pietruszka, pieczarki, cebula, makaron	Kotlet z fasoli czerwonej i ciecierzycy (150g) ziemniaki(200g),szpinak (150g) kompot(200ml) <i>Alergeny: śmietana, jajko, masło,</i> Składniki: fasola czerwona, ciecierzycy,, bułka tarta, olej, czosnek, ziemniaki, szpinak, cukier, porzeczka czarna

Środa	25.03.2020.	Zupa ziemniaczana solferinio (300ml). <i>Alergeny: seler, masło, Składniki: marchew, pietruszka, ziemniaki, kapusta biała, natka</i>	Spaghetti neapolitańskie (300g), kompot (200ml). <i>Alergeny: mąka pszenna, seler, mąka pszenna, jajko Składniki: papryka marchew, pietruszka, olej, pomidory, oliwki, makaron, przecier pomidorowy, porzeczki czarne, cukier</i>
Czwartek	26.03.2020	Zupa krem dyniowy z groszkiem ptysiowym (300ml) <i>Alergeny: seler, jajko, masło, mąka pszenna Składniki: marchew, pietruszka, por, cebula, dynia</i>	Kotlety z selera (150g) ziemniaki(200g) surówka z kapusty czerwonej(150g) kompot(200ml) <i>Alergeny: masło, seler, śmietana, jajko, Składniki: cebula, ziemniaki, bułka tarta, ziemniaki, kapusta czerwona, czarna porzeczka, cukier</i>
Piątek	27.03.2020.	Zupa barszcz czerwony z fasolą (300ml). <i>Alergeny: seler. Składniki – marchew, pietruszka, por, cebula, buraki, zakwas, fasola Jaś</i>	Ryba panierowana(150g), ziemniaki(200g) kapusta kiszona (150 g) kompot (200ml) <i>Alergeny –mąka pszenna, ryba, jajko, Składniki – miruna, olej, kapusta kiszona, marchew, ziemniaki, porzeczki, jabłko, cukier</i>
Poniedziałek	30.03.2020	Zupa meksykańska z tofu i ziemniakami (300ml) <i>Alergeny: seler, masło, Składniki: tofu, marchew, pietruszka, por, cebula, fasola czerwona, kukurydza, groszek, ziemniaki</i>	Pierogi z serem na słodko (300g) kompot(200ml) <i>Alergeny: masło, jajko, mleko, mąka pszenna, Składniki: ser biały, bułka tarta, czarna porzeczka, cukier, jabłko</i>
Wtorek	31.03.2020.	Zupa krem pieczarkowy z groszkiem ptysiowym (300ml). <i>Alergeny: śmietana, masło, seler. Składniki – marchew, pietruszka, por, cebula, pieczarki, groszek ptysiowy</i>	Kotleciki z groszku zielonego (150g) ziemniaki (200g) buraczki z chrzanem (150 g) kompot (200ml) <i>Alergeny –mąka pszenna, jajko, masło Składniki –groszek zielony, ziemniaki, ser żółty, ananas, buraki, chrzan, ziemniaki, porzeczki, jabłko, cukier</i>