



Szkoła Podstawowa Nr 3
Im. ks. kard. Stefana
Wyszyńskiego

JADŁOSPIS

od 5 marca 2018 r. do 9 marca 2018 r.

Poniedziałek 5 marca 2018 r.

Zupa ogórkowa z ziemniakami, chleb wieloziarnisty, chleb mieszany

Racuchy z pudrem i owocami - maliny, ananas, wiśnie, kiwi, banan, pestki granatu, winogrono czarne

Herbata z cytryną

Wtorek 6 marca 2018 r.

Zupa grysikowa z warzywami,

Gulasz z szynki wieprzowej z kaszą jęczmienną,

SURÓWKA - z kapusty włoskiej z papryką (czerwoną, zieloną i żółtą), kukurydzą, szczypiorkiem i oliwą

Kompot truskawkowo - agrestowy

Środa 7 marca 2018 r.

Zupa grochowa z pieczonym boczkiem i ziemniakami,

Buteczka kajzerka lub ziemniaczana (osełka i miód)

Ryż na mleku z musem z truskawek

Herbata z cytryną,

Czwartek 8 marca 2018 r.

Zupa pomidorowa z makaronem

Udko pieczone z ziołami, ziemniaczki z koperkiem,

SALATKA z rukoli z serem cheddar, gruszką, żurawiną i orzechami włoskimi

Kompot z jabłek

Piątek 9 marca 2018 r.

Zupa z pieczarek, chleb ze słonecznikiem

Dorsz pieczony, ziemniaki z cebulką,

Surówka z marchewki i brzoskwiń

Herbata z cytryną

DESER - galaretka z malinami i serkiem waniliowym

INTENDENT: M. Mazur

SZEF KUCHNI: S. Gancarz

Szkoła zastrzega sobie prawo do niewielkich modyfikacji w jadłospisie.

W ciągu dnia dzieci mają nieograniczony dostęp do herbaty lub kompotu.

Szczegółowe informacje dotyczące składu poszczególnych posiłków, gramatura i kaloryczność udostępniane są w szkole na tablicy jadłospisów, stronie internetowej lub u intendenta placówki.

