

## Jadłospis

Od 22 października 2018 r. do 26 października 2018 r.

### Poniedziałek 22 października 2018r

Kwaśnica na żeberkach z pieczoną poledwicą, marchewką, pietruszką, selerem porem i czosnkiem  
Chleb wieloziarnisty, chleb mieszany  
Naleśniki kolorowe (żółte i zielone) z owocami – *mus jabłkowy, kiwi, pomarańcza, truskawki, borówki, brzoskwinia, banan z gorzką czekoladą*  
Herbata z miodem i limonką

### Wtorek 23 października 2018r

Zupa grysikowa z warzywami  
Kotlet schabowy (wypiekany), ziemniaki z cebulką,  
**Sałatka porowo - koperkowa** – z kapusty pekińskiej, porów, jajek, jabłek, koperku i dresingu na bazie jogurtu naturalnego  
Herbata z sokiem z malin

### Środa 24 października 2018r

Żurek z jajkiem, ziemniakami z twarogiem i cebulką, wiejską kielbasą,  
Chleb górski z masłem czosnkowym  
**Kolorowa zapiekanka** – z cukinii, fasolki szparagowej, papryki, czosnku, cebulki, ziemniaków – przekładana filetem drobiowym, posypana wiórkami mozzarelli i szczypiorkiem  
**DESER** – kisiel z truskawek z bananami, ciasteczkową posypką i świeżą melisą  
Herbata z cytryną,

### Czwartek 25 października 2018r

Rosół wołowo - drobiowy z makaronem (lub z ziemniakami), marchewką, pietruszką, porem, selerem, czosnkiem  
Kotleciki z indyka, ziemniaki z koperkiem  
**Sałatka Wiosenna** – z zielonej sałaty, liści szpinaku baby, kukurydzy, rzodkiewki, pomidorów malinowych, świeżego ogórka, czerwonej cebulki, szczypiorku i sosu winegret z czosnkiem,  
Kompot owocowy – z jabłek, śliwek, aronii, z miodem

### Piątek 26 października 2018r

Krupnik zabielały z marchewką, pietruszką, selerem, porem  
Chleb mieszany  
Ryba (miruna) pieczona w sosie koperkowo – czosnkowym z kurkumą i cytryną, ziemniaki ze szczypiorkiem  
**Warzywa gotowane na parze** – świeży brokuł, świeży kalafior, mini marcheweczki, fasolka szparagowa żółta  
Herbata z cytryną

**INTENDENT:** M. Mazur

**SZEF KUCHNI:** S. Gancarz

Szkoła zastrzega sobie prawo do niewielkich modyfikacji w jadłospisie.

W ciągu dnia dzieci mają nieograniczony dostęp do wody, 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.