

## Jadłospis

Od 3 grudnia 2018 do 7 grudnia 2018 2018 r.

### Poniedziałek 3 grudnia 2018r

Zupa ze świeżego kalafiora, z ziemniakami, marchewką, pietruszką, porem, selerem i zieleniną, zabieleną śmietaną, chleb mieszany

Spaghetti z mięsem, sosem z pomidorów i ziół, z wiórkami żółtego sera

**Zdrowy talerz (do wyboru)** - jabłko, melon żółty, plaster pomarańczy, kiwi, orzechy włoskie, suszona żurawina, marchewki (słupek)

Herbata z cytryną

### Wtorek 4 grudnia 2018r

Zupa grysikowa z marchewką, pietruszką, selerem, porem i natką

Poławdwa pieczona w sosie tradycyjnym, z czosnkiem cebulką i czerwoną papryką (mieloną), ziemniaki ze koperkiem,

**Surówka z kapustki** - z kiszonej kapusty, jabłek i marchewki

Kompot z czarnych porzeczek

### Środa 5 grudnia 2018r

Zupa pomidorowa z ryżem, pomidorami, marchewką, pietruszką, porem, selerem i zieleniną,

Chleb wieloziarnisty, chleb mieszany

Kopytka (własnej roboty) z maselkiem i prażoną bułką

**DESER** – banany z siekaną gorzką czekoladą a do nich mus z truskawek

Kawa zbożowa z mlekiem

### Czwartek 6 grudnia 2018r

Krupnik zabieleny z ziemniakami, marchewką, pietruszką, porem i zieleniną, chleb mieszany,

Udka z kurczaka pieczone w ziołach, ziemniaki ze szczypiorkiem

**Salatka Caprese** – z pomidorów malinowych, sera mozzarella (kulka w zalewie), sałaty lodowej, rukoli i świeżej bazylii, z czarnuszką i sosem ziołowym

Kompot z malin

### Piątek 7 grudnia 2018r

Zupa fasolowa z marchewką, pietruszką, selerem, porem, ziemniakami, majerankiem, czosnkiem i zieleniną, Chleb górski (ziarnisty)

Ryż gotowany na mleku i zapiekany z jabłkami i musem z jogurtu greckiego i wanilii

Herbata z cytryną i miodem

**INTENDENT:**  
**SZEF KUCHNI:**

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.