

## Jadłospis

### Od 7 stycznia 2019 r. do 11 stycznia 2019 r.

#### Poniedziałek 7 stycznia 2019 r

Zupa ziemniaczana z marchewką, pietruszką, selerem i porem,  
Chleb mieszany i chleb wieloziarnisty  
Spaghetti z sosem z pomidorów i ziół, z mięsem i wiórkami żółtego sera  
**Owoce** – plaster ananasa, grejpfruta, pomarańczy, jabłko  
Herbata z cytryną

#### Wtorek 8 stycznia 2019 r

Rosół drobiowo - wołowy z kaszą gryczaną, marchewką, pietruszką, porem i selerem  
Udko drobiowe pieczone w ziołach ziemniaki ze szczypiorkiem  
**Salatka wiosenna** – z sałaty lodowej, rukoli, pomidorów malinowych, świeżego ogórka, czerwonej cebuli, żółtej papryki z sosem miodowo – ziołowym i kiełkami rzodkiewki  
**Koktajl z malin i jogurtu greckiego z listkiem melisy**

#### Środa 9 stycznia 2019 r

Barszcz ukraiński z czerwoną fasolką i włoszczyzną, zabieleny śmietaną  
Chleb wieloziarnisty  
Kopytka z masłem i prażoną bułką tartą  
**Przekąska** – mandarynka, gruszka, kiwi, marchewki do chrupania, żurawina  
Kawa zbożowa z mlekiem

#### Czwartek 10 stycznia 2019 r

Zupa grysikowa z marchewką, pietruszką, porem, selerem i szczypiorkiem,  
Schab pieczony z sosem z suszonych śliwek, ziemniaki z koperkiem  
Surówka z kiszzonej kapusty, jabłek i oliwy  
Kompot z czarnych porzeczek

#### Piątek 11 stycznia 2019 r

Krupnik zabieleny z kaszą jęczmienną, z marchewką, pietruszką, porem i selerem  
Chleb górski, chleb mieszany  
Kotlet z ryby (pieczony), ziemniaki ze szczypiorem,  
Warzywa gotowane na parze – mini marcheweczki, fasolka szparagowa żółta, kalafior, brokuł  
**DESER** – kisiel extra truskawkowy z bananami i owsianym ciasteczkami  
**Kompot z jabłek**

#### INTENDENT: SZEFEF 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.