

## **Jadłospis**

**Od 28 stycznia 2019 r. do 1 lutego 2019 r.**

### **Poniedziałek 28 stycznia 2019 r.**

Zupa gulaszowa z pieczarkami, czerwoną papryką, marchewką, pietruszką, porem, selerem i makaronem zacierką, chleb wieloziarnisty, chleb mieszany

Placki ziemniaczane z jogurtem naturalnym,

Herbata z cytryną

**Zdrowy talerz** – orzechy włoskie, żurawina suszona, pestki dyni, jabłko, banan, pomarańcza,

### **Wtorek 29 stycznia 2019 r.**

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

Udko pieczone w ziołach, ziemniaczki z koperkiem

**Salatka cheddar** – z rukoli, sałaty lodowej, gruszki, sera cheddar, prażonych orzechów włoskich, żurawiny z sosem z oliwy, musztardy „wikinga” i czosnku

Kompot z truskawek, wiśni, aronii

### **Środa 30 stycznia 2019 r.**

Zupa ziemniaczana z marchewką, pietruszką, porem, selerem, zabelana, chleb górski

Łazanki z białej i kiszzonej kapusty,

Herbata z miodem i limonką

**Owocowy talerz** – winogrono białe, kiwi, „czerwona gruszka”,

### **Czwartek 31 stycznia 2019 r.**

Zupa z groszku łupanego z ziemniakami, marchewką, pietruszką, porem, selerem, czosnkiem i majerankiem, Chleb wieloziarnisty

Pulpeciki wieprzowe w sosie własnym z kaszotto (z kaszy gryczanej, jęczmiennej i jaglanej)

Ćwikła z chrzanem

**Sok super owocowy** – z pomarańczy z marchewką,

### **Piątek 1 lutego 2019 r.**

Zupa pomidorowa z ryżem, kawałkami pomidorów, marchewką, pietruszką, zielonymi oliwkami, porem, selerem i zieleniną

Kopytka z prażoną bułeczką,

Kawa biała

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.

