

## Jadłospis

**Od 11 marca 2019 r. do 15 marca 2019 r.**

### **Poniedziałek 11 marca 2019 r.**

Żurek z jajkiem, wiejską kielbasą i chlebem górskim

Zapiekanka makaronowa z brokułami, mini marchewkami, szynką i żółtym serem

Herbata z cytryną

**Owocowa przekąska** – plaster grejpfruta i ananasa, winogrono czerwone

### **Wtorek 12 marca 2019 r.**

Czosnkowa „ziemniaczanka” z warzywami, chleb mieszany

Gulasz drobiowy (z filetów z kurczaka) z warzywami, Kaszotto – z kaszy jęczmiennej, gryczanej i jaglanej, Ćwikła z chrzanem

**DESER** - kisiel z czerwonych owoców (własnej roboty) z owocami, mascarpone, biszkopciem i wiórkami gorzkiej czekolady

Kompot ze śliwek

### **Środa 13 marca 2019 r.**

Zupa z groszku łupanego z marchewką, pietruszką, selerem, czosnkiem i tymiankiem

Chleb mieszany

Racuchy drożdżowe – a do nich – mus z truskawek, kawałki kiwi, pomarańczy, banana,

Borówka leśna, pestki granatu

Herbata z limonką

### **Czwartek 14 marca 2019 r.**

Rosół z kaczki z makaronem, marchewką, pietruszką, porem, selerem i zieleniną

Schab pieczony z sosem z suszonych śliwek, ziemniaki ze szczypiorkiem,

**Kolorowa Caprese** – z sałaty lodowej, rukoli, świeżej bazylii, serka mozzarella, pomidorów malinowych z sosem czosnkowo – ziołowym i ziarenkami czarnuszki

Kompot z malinami

### **Piątek 15 marca 2019 r.**

Zupa pomidorowa (z pomidorami), z ryżem, marchewką, pietruszką, selerem, zielonymi oliwkami i zieleniną

Chleb ziarnisty z siemieniem lnianym,

Kotleciki z ryby (pieczone, z miruny), ziemniaki z zieleniną (koper, natka, kiełki rzodkiewki)

**Warzywa gotowane na parze** – mini marcheweczki, fasolka szparagowa żółta, świeży brokuł i kalafior

**Zdrowe talerzyki** – jabłko, winogrono białe, orzeszki ziemne, melon

Woda z cytryną

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.