

## **Jadłospis**

### **Od 30 września 2019 r. do 4 października 2019 r.**

#### **Poniedziałek 30 września 2019 r.**

Zupa ziemniaczana z warzywami, zabelana śmietaną

Chleb wieloziarnisty, chleb mieszany

Spaghetti z sosem ziołowo – pomidorowym, mięsem wieprzowym i wiórkami sera mozzarella

**Owocowy talerz** – brzoskwini, melon, kiwi, marchewka słupek

Herbata z cytryną

#### **Wtorek 1 października 2019 r.**

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

Kotleciki z fileta drobiowego, ziemniaczki opiekane w ziołach prowansalskich,

**Salatka pekińska** – z kapusty pekińskiej, kiszonych ogórków, kukurydzy, jajek, z sosem jogurtowo – czosnkowym, szczypiorkiem i ziarenkami czarnuszki

Kompot śliwkowy

#### **Środa 2 października 2019 r.**

Zupa gulaszowa z mięsem wołowo – wieprzowym czerwoną papryką, pomidorami, ziemniaczkami, marchewką, pietruszką, porem, selerem, kminkiem, majerankiem

Pierogi ruskie lub pierogi z jagodami (z jogurtem) – do wyboru

Mandarynki i gruszki

Kawa zbożowa z mlekiem

#### **Czwartek 3 października 2019 r.**

Gołąbki zawijane z mięsem wieprzowym, ryżem, cebulką i sosem z pomidorów

**DESER** – truskawkowa fantazja z bananami, wiórkami gorzkiej czekolady i prażonymi migdałami

Herbata z cytryną

#### **Piątek 4 października 2019 r.**

Delikatna zupa koperkowa z klopsikami z ryby (miruna) z marchewką, pietruszką, porem, selerem

Racuchy drożdżowe z owocami – ananas, pomarańcze, borówki amerykańskie, maliny (mus),

Kakao lub Herbata z cytryną (do wyboru)

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.

