

Jadłospis

Od 21 października 2019 r. do 25 października 2019 r.

Poniedziałek 21 października 2019 r.

Zupa ogórkowa z ziemniakami, marchewką, pietruszką, porem, selerem i świeża natka
Makaron z białym serem i miodem lipowym

Zdrowy talerz – plaster ananasa, pół kiwi, marcheweczki słupki, orzeszki arachidowe,
Herbata z cytryną

Wtorek 22 października 2019 r.

Zupa grysikowa z marchewką, pietruszką, selerem, porem i świeżą natką,
Bitki wieprzowe w sosie własnym, ziemniaki z koperkiem,

Ćwikła z chrzanem

Kompot z agrestu, wiśni, czarnej porzeczki i śliwek

Środa 23 października 2019 r.

Zupa ze świeżego kalafiora, z ziemniakami, marchewką, pietruszką, selerem naciowym i natką, chleb
górski, chleb mieszany

Risotto z mięsem wieprzowym, warzywami i sosem pomidorowym

DESER – pieczone jabłko z orzechami włoskimi, żurawina, miodem i cynamonem

Lemoniada malinowa

Czwartek 24 października 2019 r.

Zupa cebulowa z makaronem, marchewką, pietruszką, selerem, porem i świeżą natką,
Sznycel z indyka (pieczone w piecu), ziemniaczki z cebulką,

Surówka z białej kapusty ze świeżym ogórkiem, koperkiem i sosem musztardowo - jogurtowym

Sok pomarańczowy

Piątek 25 października 2019 r.

Zupa z zielonego groszku z kaszą pęczak, marchewką, pietruszką, selerem i świeżą natką

Chleb ziarnisty, chleb mieszany

Ryba (miruna) zapiekana w ziołach z jabłkami i cebulką – *metoda vario*, ziemniaki z koperkiem,

Marchewkowa surówka – z marchewki i brzoskwiń

DESER – jogurt bananowy z malinami i listkiem świeżej melisy

Herbata 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.

