

## Jadłospis

**Od 27 stycznia 2020 r. do 31 stycznia 2020 r.**

### **Poniedziałek 27 stycznia 2020 r.**

Zupa ziemniaczana zabieleną z marchewką, pietruszką, porem, selerem i zielenią

Chleb wieloziarnisty,

Spaghetti z mięsem, sosem pomidorowo - ziołowym i wiórkami sera mozzarella

**DESER** – pieczone jabłko z orzechami i wisienką,

Herbata z cytryną

### **Wtorek 28 stycznia 2020 r.**

Rosół z wołowo - drobiowy z kaszą pęczak (lub makaronem), marchewką, pietruszką, porem, selerem, lubczykiem i zielenią

Udka z kurczaka pieczone w ziołach, ziemniaki ze szczypiorkiem,

**Sałatka wiosenna** – z sałaty masłowej, lodowej, roszponki, pomidora malinowego, świeżego ogórka, czerwonej papryki, rzodkiewki, cebulki, szczypiorku, z sosem czosnkowo – cytrynowym z ziołami i czarnuszką

Kompot z wiśni, aronii, czarnych porzeczek i truskawek

### **Środa 29 stycznia 2020 r.**

Żur z jajkiem, wiejską kielbasą i chlebem z ziarnami słonecznika

Ryba (miruna) w cieście, ziemniaki ze szczypiorkiem

Surówka z kiszonej kapusty z dresingiem z oliwy z oliwek

**Sok świeżo wyciskany z jabłek, buraczków i marchewki**

### **Czwartek 30 stycznia 2020 r.**

Zupa jarzynowa z brokułem, kalaflorem, brukselką, zielonym groszkiem, marchewką, pietruszką, porem, selerem, świeża natka

Gulasz wieprzowy z pieczoną papryką, cebulką, czosnkiem, Kaszotto – z kaszy gryczanej, kaszy bulgur, pęczaku i kaszy jaglanej

**Dodatki do dania (do wyboru)** – mini marcheweczki, fasolka szparagowa, brukselka, kukurydza, kiszony ogórek

Kompot owocowy

### **Piątek 31 stycznia 2020 r.**


Zupa pomidorowa z ryżem, pomidorami, marchewką, pietruszką, porem, zielonymi oliwkami i szczypiorkiem

Kopytka

Kakao

**DESER** – koktajl bananowo – jogurtowy 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