

## Jadłospis

**Od 4 października 2021 r. do 8 października 2021 r.**

### **Poniedziałek 4 października 2021 r.**

Krupnik jęczmienny z marchewką, pietruszką, porem, selerem i zieleniną

Zapiekanka warzywno ziemniaczana – z kolorową papryką, cukinią, pieczarkami, cebulką, pomidorami koktajlowymi, szynką wiejską i żółtym serem+ keczup

**DESER** – truskawkowa fantazja – deser z bananów, truskawek i jogurtu naturalnego z prażonymi płatkami migdałów i wiórkami gorzkiej czekolady

Herbatka z cytryną

### **Wtorek 5 października 2021 r.**

Zupa grysikowa z marchewką, pietruszką, porem, selerem i liściem lubczyku

Udka pieczone w ziołach, ziemniaczki z koperkiem

**Salatka Caprese** – z sałaty lodowej, rukoli, świeżej bazylii, pomidorów malinowych, sera mozzarella (kulka w zalewie) z dressingiem cytrynowo – ziołowym na bazie oliwy z oliwek

Kompot owocowy

### **Środa 6 października 2021 r.**

Zupa z groszku łupanego z ziemniakami, wiejską kielbasą, marchewką, pietruszką, porem, selerem, cebulką, czosnkiem, majerankiem i koperkiem,

Kasza jaglana (gotowana na mleku) wypieczona ze śliwkami i rodzynkami + mus jogurtowo – waniliowy + ostrężyny

Herbata z limonką

### **Czwartek 7 października 2021 r.**

Kapuśniak ze słodkiej kapusty z ziemniakami, marchewką, pietruszką, porem, selerem i koperkiem

Pulpeciki mięsne – ryżowe zapiekane w piecu z sosem z pomidorów i ziół

**Zielona sałatka** – z sałaty masłowej z sosem jajeczno - chrzanowym i prażonym słonecznikiem,

Koktajl z wiśni z miodem

### **Piątek 8 października 2021 r.**

Zupka ze świeżego kalafiora z makaronem orzo, z marchewką, pietruszką, porem, selerem i szczypiorkiem

Racuszki drożdżowe z jabłkami i **owocami – kiwi, mandarynka, arbuz**

Herbata z cytryną/ Woda

Szkoła zastrzega sobie prawo do niewielkich modyfikacji w jadłospisie.

**W ciągu dnia dzieci mają nieograniczony dostęp do źródlanej lub mineralnej wody niegazowanej, otrzymują także herbatę z cytryną, herbatki owocowe, kompot lub sok.**

Szczegółowe informacje dotyczące składu poszczególnych posiłków, gramatura i kaloryczność udostępniane są w szkole na tablicy jadłospisów, stronie internetowej lub u intendenta placówki