

Jadłospis

Od 18 października 2021 r. do 22 października 2021 r.

Poniedziałek 18 października 2021 r.

Żur z jajkiem, wiejską kielbasą, ziemniaczkami z serem i cebulką, majerankiem i czosnkiem, Płatki ryżowe gotowane na mleku z mussem jogurtowo – truskawkowym,

Owocowe przekąski – banan, kiwi, pomarańcza, marchewki

Herbatka z cytryną / woda

Wtorek 19 października 2021 r.

Zupa czosnkowa z ziemniakami, marchewką, pietruszką, porem, selerem i liściem lubczyku

Gulasz wieprzowy z pieczoną czerwoną papryką, warzywami i szczypiorkiem, kaszotto z kaszy gryczanej, jęczmiennej i jaglanej,

Dodatki do obiadu (do wyboru) – kiszony ogórek / ćwikła z chrzanem

Sok z jabłek

Środa 20 października 2021 r.

Bigos z kiszonej i białej kapusty, z karkówką wołową, szynką wieprzową, kielbasą swojską, suszonymi śliwkami, pomidorami, cebulka i czosnkiem + pieczywo ziarniste z ziołowym masłem,

DESER – mango lassi z jogurtem naturalnym i miodem,

Herbata z sokiem malinowym

Czwartek 21 października 2021 r.

Rosół wołowy z makaronem, marchewką, pietruszką, porem, selerem i koperkiem

Nuggetsy drobiowe (wypiekane w piecu), ziemniaki z koperkiem,

Salatka grecka – z sałaty lodowej, rukoli, świeżej bazylii, pomidorków koktajlowych, oliwek, kukurydzy i sera feta, z sosem ze świeżych i suszonych ziół, czosnku i oliwy.

Kompot z jeżyn

Piątek 22 października 2021 r.

Zupka ogórkowa z ryżem, marchewką, pietruszką, porem, selerem i szczypiorkiem

Dorsz pieczony w sosie czosnkowym z kurkumą, koperkiem i sokiem z cytryny, ziemniaki ze szczypiorkiem,

Bukiet warzyw gotowanych na parze – świeży brokuł, kalafior, fasolka szparagowa zielona i mini marcheweczki

DESER – budyń śmietankowo – czekoladowy z brzoskwiniami

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