

Jadłospis

Od 25 października 2021 r. do 29 października 2021 r.

Poniedziałek 25 października 2021 r.

Zupa Babuni – z marchewką, pietruszką, ziemniakami, porem, selerem, brokułem, zielonym groszkiem, brukselką i zieleniną, zabelona śmietaną,

Risotto z ryżu Basmati z mięsem wołowym i chili con carne (w wersji light) – z *passaty pomidorowe, czerwonej fasoli, kukurydzy, czerwonej papryki i czosnku, ze szczyptą chili*

Mus owocowo - warzywny – z marchewki, jabłek, pomarańczy, bananów, truskawek i siemienia lnianego (własnej roboty)

Herbatka z cytryną / woda

Wtorek 26 października 2021 r.

Zupa z kaczki z makaronem muszelkowym, marchewką, pietruszką, porem, selerem i lubczykiem

Kotlet schabowy (wypiekany w piecu), ziemniaki z koperkiem,

Dodatki do obiadu (do wyboru) – mizeria z ogórków szklarniowych z rzodkiewką, kielkami, szczypiorkiem i sosem jogurtowo – śmietankowym / pomidorki koktajlowe

Lemoniada – wiśnia – mięta – cytryna

Środa 27 października 2021 r.

Zupa dyniowo – pomidorowy z czerwonymi warzywami i groszkiem ptysiowym,

Łazanki z białą i kiszona kapusta, cebulką i czosnkiem,

OWOCE – winogrono białe, czerwone, mandarynki, marchewki, fistaszki

Herbata z limonką

Czwartek 28 października 2021 r.

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

Klopsik z indyka (z cukinią i marchewką) zapiekane w sosie koperkowym, ziemniaki ze szczypiorkiem

Salatka brokułowa – ze świeżego brokuła, jabłek, rodzynek, czerwonej cebulki, sera feta, prażonego słonecznika z dresingiem jogurtowo - ziołowym

Kompot owocowy

Piątek 29 października 2021 r.

Barszcz ukraiński z włoską kapustą, burakami, fasolą białą, zielonym groszkiem, ziemniakami, marchewką, pietruszką, porem, selerem i czosnkiem + pieczywo pełnoziarniste

Kopytka

Herbata z cytryną/ Woda

DESER – Shake straciatella (z jogurtu, bananów, wanilii Burbon, gorzkiej czekolady) z borówką na spodzie.



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