

## Jadłospis

Od 29 listopada 2021 r. do 3 grudnia 2021 r.

### Poniedziałek 29 listopada 2021 r.

Zupa jarzynowa z ziemniakami, fasolką szparagową zieloną, brukselką, marchewką, pietruszką, porem, selerem i szczypiorkiem

Tagliatelle z pieczonymi pieczarkami, pomidorkami koktajlowymi, z pesto ze świeżej bazylii, natki pietruszki, czosnku, oliwy z oliwek i wiórkami parmezanu

**Owoce** – ananas, jabłko, borówki amerykańskie, zielone winogrono

Kompot z jeżyn

### Wtorek 30 listopada 2021 r.

Krupnik jęczmienny z marchewką, pietruszką, porem, selerem i zielenią + chleb ziarnisty ze smarowidłem pomidorowym

Gulasz węgierski z pieczoną papryką, pomidorami, czosnkiem, cebulką marchewką i szczypiorkiem, ziemniaki z koperkiem,

**Zielona sałatka** – z sałaty masłowej, prażonego słonecznika z różowym jajem i sosem jogurtowo – śmietankowym z chrzanem,

**Sok świeżo wyciskany** z gruszek, ananasa z brzoskwiniami

### Środa 1 grudnia 2021 r.

Kwaśnica na żeberkach z pieczonym schabem, ziemniakami, marchewką, pietruszką, porem, selerem, duszoną cebulką, kminkiem, czosnkiem niedźwiedzim i zielenią

Ryż Basmati gotowany na mleku z mussem jogurtowo – truskawkowym,

**DESER** – ciasto marchewkowe z jogurtowym lukrem i orzechami

Herbatka z miętą / Kawa zbożowa z mlekiem,

### Czwartek 2 grudnia 2021 r.

Zupa solferino z pomidorową passatą, makaronem orzo, marchewką, pietruszką, porem, selerem naciowym, czosnkiem i szczypiorkiem,

Kotleciki drobiowe siekane z warzywami i natką pietruszki, ziemniaki z koperkiem,

**Sałatka 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 ze śliwek i zielonego agrestu

### Piątek 3 grudnia 2021 r.

Zalewajka z ziemniakami, włoszczyzna, cebulką i czosnkiem + pieczywo pełnoziarniste

Ryba (miruna) zapiekana w sosie pomidorowym z papryką, marchewką, pietruszką, cebulką, czosnkiem i ziołami, ziemniaki z koperkiem,

**Dodatki do obiadu** – buraczki na ciepło / kiszony ogórek / kalafior gotowany na parze

**Owoce i bakalie** – banany, kiwi, kaki, orzeszki włoskie, rodzyнки,

Herbata z cytryną i miodem,

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