

JADŁOSPIS

od 3 stycznia 2022 r. do 7 stycznia 2022 r.

Poniedziałek 3 stycznia 2022 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną
Kawa zbożowa z mlekiem
Chleb mieszany z masłem, połędwica sopocka, listkami rozspanki, pomidorkiem malinowym i rzodkiewką,

Drugie śniadanie

Banan

Obiad

Zupka kartoflana z marchewką, pietruszką, porem, selerem i szczypiorkiem,
Makaron z białym serem,
Kompot owocowy

Podwieczorek

Czekoladowe ciasteczko + kakao z mlekiem,

Wtorek 4 stycznia 2022 r.

Śniadanie

Herbata z sokiem malinowym,
Zupka mleczna z tartym ciastem
Bułka pszenna z masłem i dżemem brzoskwiniowym,

Drugie śniadanie


Kolorowe winogrono

Obiad

Zupka ogórkowa z marchewką, pietruszką, porem, selerem, cebulką i zieleniną
Kotlecik mielony drobiowy (pieczony w piecu), ziemniaki z koperkiem,
Sałatka z kapusty pekińskiej z pomidorkiem koktajlowym, świeżym ogórkiem, kukurydzą, szczypiorkiem i sosem jogurtowo – chrzanowym,
Kompot wielowocowy – z agrestu, porzeczek, śliwek i truskawek

Podwieczorek

Szarlotka w pucharku



JADŁOSPIS

od 3 stycznia 2022 r. do 7 stycznia 2022 r.

Środa 5 stycznia 2022 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną
Kawa zbożowa z mlekiem,
Chleb ziarnisty z masłem, szynką drobiową, świeżym ogórkiem, listkami roszponki i żółtą papryką,

Drugie śniadanie

Mandarynka

Obiad

Zupka jarzynowa z ziemniakami, brokułem, kalafiolem, brukselką, fasolką szparagową, zielonym groszkiem, marchewką, pietruszką, porem, selerem i zieleniną
Zapiekanka ziemniaczana z pieczarkami, szynką wieprzową, pomidorkami koktajlowymi, cebulką, czosnkiem, żółtym serem i keczupem,
Kompot wieloowocowy – z agrestu, porzeczek, śliwek i truskawek

Podwieczorek

Koktajl truskawkowo – jogurtowy,

Piątek 7 stycznia 2022 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną
Mleko
Bułeczka z kruszonką i masłem,

Drugie śniadanie

Słupki papryki czerwonej do chrupania

Obiad

Zupka ryżowa z marchewką, pietruszką, porem, selerem i koperkiem,
Pieczeń z dorsza z warzywami, ziemniaki ze szczypiorkiem,
Sałatka z marchewki, ananasa i jabłek,
Kompot z czarnych porzeczek, truskawek, aronii

Podwieczorek

Mus owocowo – warzywny



Szkola 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