

## Jadłospis

Od 10 stycznia 2022 r. do 14 stycznia 2022 r.

### Poniedziałek 10 stycznia 2022 r.

Zupa z groszku łupanego z wiejską kielbasą, ziemniakami, marchewką, pietruszką, porem, selerem cebulką czosnkiem i majerankiem, pieczywo ziarniste z ziołowym smarowidłem,  
Płatki ryżowe na mleku z musem truskawkowym i borówkami amerykańskimi  
Herbata z limonką

### Wtorek 11 stycznia 2022 r.

Rosół z kurczaka i kaczki z makaronem, marchewką, pietruszką, porem, selerem i lubczykiem,  
Udko pieczone w ziołach, ziemniaki ze szczypiorkiem,  
**Sałatka selerowa** – z selera, kukurydzy, jajek z sosem jogurtowym z serem feta, chrzanem i szczypiorkiem,  
**Sok** z pomarańczy

### Środa 12 stycznia 2022 r.

Zupa kartoflana z marchewką, pietruszką, porem, selerem i zieleniną, zabeliana śmietaną  
Łazanki z kiszonej i białej kapusty z mięsem wieprzowym i mięsem z kaczki, z cebulą i czosnkiem  
**DESER** – szarlotka w słoiku z cynamonem, granolą i chipsem jabłkowym,  
Herbatka z miętą

### Czwartek 13 stycznia 2022 r.

Zupa pieczarkowa z marchewką, pietruszką, porem, selerem i zieleniną,  
Gulasz z szynki z pieczoną papryką, marchewką, cebulką i czosnkiem, kaszotto z kasz – gryczanej, jęczmiennej, jaglanej, pęczaku i ryżu  
Ćwikła z chrzanem,  
**Koktajl z wiśni, borówek, maślanki i siemienia lnianego**

### Piątek 14 stycznia 2022 r.

Kremowa zupa z tortellini z marchewką, pietruszką, selerem, porem, świeżym szpinakiem, czosnkiem, czosnkiem zabelona słodką śmietaną  
Kotleciki z dorsza, miruny i koperku (pieczone w piecu), ziemniaki z ziołami  
**Warzywa gotowane na parze** – brokuł, kalafior, fasolka szparagowa, mini marchewki + sos czosnkowo – koperkowy  
**Owocowe przekąski** – ananas, kiwi, winogrono kolorowe, jabłko,  
Herbatka z sokiem z malin

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