

Jadłospis

Od 17 stycznia 2022 r. do 21 stycznia 2022 r.

Poniedziałek 17 stycznia 2022 r.

Zupa ogórkowa z ziemniakami, marchewką, pietruszką, selerem, porem, selerem i zieleniną + pieczywo ziarniste

Spaghetti z mięsem wieprzowym i sosem z pomidorów, ziół (*bazylią, oregano, lubczyk*) z czosnkiem, cebulą i świeżą bazylią

Sok z marchewki, buraczków i jabłek (świeżo wyciskany)

Wtorek 18 stycznia 2022 r.

Wołowa zupka czosnkowa z ziemniakami, marchewką, pietruszką, porem, selerem i lubczykiem,

Nuggetsy drobiowe (wypiekane w piecu), ziemniaki ze szczypiorkiem,

Kolorowa sałatka – z sałaty rzymskiej, lodowej, roszonej, świeżego ogórka, pomidorów malinowych, kolorowej papryki, rzodkiewki i wiórkami sera mozzarella i z sosem musztardowo - cytrynowym na bazie oliwy z oliwek

Kompot z suszonych jabłek

Środa 19 stycznia 2022 r.

Barszcz ukraiński z włoską kapustą, fasolką szparagową, groszkiem karłowym, włoszczyzną, ziemniakami i koperkiem, Chleb słonecznikowy

Pierogi ruskie z cebulką

DESER – bananowy deser z jogurtem, wanilią, malinkami i gorzką czekoladą,

Kompot z wiśni

Czwartek 20 stycznia 2022 r.

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

Schab pieczony z sosem z suszonych śliwek, ziemniaki z cebulką i koperkiem,

Kiszona kapustka – z marchewką, jabłkiem, czerwoną cebulką i oliwą z oliwek,

Zielony koktajl (*szpinak świeży baby + jogurt naturalny + banan + gruszki*)

Piątek 21 stycznia 2022 r.

Zupa pomidorowo – dyniowa z ryżem, marchewką, pietruszką i zieleniną,

Kolorowe naleśniki (żółte, różowe i piegowate) z twarogiem + *mus truskawkowy, mango, kiwi, pomarańcza, melon, borówka amerykańska*

Herbatka z cytryną / kawa zbożowa z mlekiem (do wyboru)

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