

## Jadłospis

Od 24 stycznia 2022 r. do 28 stycznia 2022 r.

### Poniedziałek 24 stycznia 2022 r.

Zupa z fasolki szparagowej (zielonej i żółtej) z marchewką, pietruszką, selerem, porem, selerem i zieleniną + pieczywo z czarnuszką

Płatki ryżowe gotowana na mleku z musem śliwkowo jabłkowym + borówka amerykańska

**Herbatka z imbirem**

### Wtorek 25 stycznia 2022 r.

Zupka z kaszą manna, marchewką, pietruszką, porem, selerem i lubczykiem,

Kotlet schabowy (pieczony w piecu), ziemniaki z koperkiem

Mizeria ze szczypiorkiem, kielkami rzodkiewki i sosem śmietanowo - jogurtowym

**Koktajl z pomarańczy, bananów i mango** (własnej roboty)

### Środa 26 stycznia 2022 r.

Kwaśnica z pieczoną polędwicą, ziemniakami, marchewką, pietruszką, porem, selerem i zieleniną, Chleb słonecznikowy

Makaron pełnoziarnisty z twarogiem

**DESER** – szpinakowe ciasto z gorzką czekoladą i pestkami granatu

Kompot owocowy

### Czwartek 27 stycznia 2022 r.

Zupa z pęczakiem i zielonym groszkiem, z marchewką, pietruszką, porem, selerem i koperkiem,

Klopsik z filetów z indyka i kurczaka, cukinii i marchewki (wypiekany w piecu) z sosem koperkowym, ziemniaki ze szczypiorkiem,

**Salatka zielona** – z sałaty masłowej, rzodkiewki, sosu jogurtowo – jajecznego z prażonym słonecznikiem i szczypiorkiem,

**Owocowy stół** - jabłko, gruszka, marchewki, czerwony grejpfrut

Lemoniada cytrynowo - limonkowa z mięta,

### Piątek 28 stycznia 2022 r.

Zupa koperkowa z rybą, marchewką, pietruszką i zieleniną + paluch ziołowo – czosnkowy z ciasta francuskiego

Kotlet z jajka i koperku, ziemniaki ze szczypiorkiem,

Marchewka duszona na maśle z zielonym groszkiem,

Herbatka z cytryną

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