

## Jadłospis

Od 21 marca 2022 r. do 25 marca 2022 r.

### Poniedziałek 21 marca 2022 r.

Kartoflanka z marchewką, pietruszką, porem, selerem, cebulką, czosnkiem i zieleniną  
Spaghetti z mięsem wieprzowym i sosem z pomidorów i ziół

**DESER** – budyń malinowo – śmietankowy z czerwonymi porzeczkami

Herbatka z limonką

### Wtorek 22 marca 2022 r.

Rosół wieprzowy z ziemniakami i świeżą włoszczyzną

Klopsiki drobiowe (z indyka i kurczaka) z koperkiem, ryż z kurkumą,

**Salata rzymska** z pomidorami malinowymi, zielonym ogórkiem, czerwoną cebulką, kiełkami rzodkiewki, wiórkami żółtego sera, zieloną pietruszką i sosem miodowo – cytrynowym z musztardą z gorczycą,

**Kompot z jabłek z miodem i świeżą miętą**

### Środa 23 marca 2022 r.

Krupnik jęczmienny z marchewką, pietruszką, porem, selerem i szczypiorkiem, zabelony śmietanką

Zapiekanka ziemniaczana z szynką z indyka, serem mozzarella i warzywami (pieczarki, cukinia, papryka, cebulka, czosnek, zioła) + keczup

**Owoce i bakalie** – ananas, jabłko, gruszka, żurawina, pestki dyni i łuskany słonecznik

Kompot z malin

### Czwartek 24 marca 2022 r.

Rosół z kury z makronem, marchewką, pietruszką, porem, selerem i koperkiem,

Polędwiczki wieprzowe wypiekane w piecu z sosem z suszonych śliwek, ziemniaki ze szczypiorkiem

**DODATKI DO OBIADU** – warzywa gotowane na parze – świeży brokuł, kalafior, mini marchewki, fasolka szparagowa kolorowa (do wyboru)

**Mus owocowo – jogurtowy** - z malin, truskawek, jogurtu naturalnego z biszkoptem i miętą

### Piątek 25 marca 2022 r.

Zupka ze świeżych pieczarek z ziemniaczkami, marchewką, pietruszką, porem, selerem, tymiankiem i szczypiorkiem,

Racuszki drożdżowe z owocami – **banany, mandarynki, pomarańcze, kiwi, arbus, mus z borówek leśnych**

Herbatka / kawa zbożowa z mlekiem,

Szkoła zastrzega sobie prawo do niewielkich modyfikacji w jadłospisie.

W ciągu dnia dzieci mają nieograniczony dostęp do źródlanej lub mineralnej wody niegazowanej, otrzymują także bez ograniczeń herbatę z cytryną, herbatki owocowe, kompot lub sok.

Szczegółowe informacje dotyczące składu poszczególnych posiłków, gramatury, kaloryczności i alergenów udostępniane są w szkole na tablicy jadłospisów lub u intendenta placówki