

Jadłospis

Od 28 marca 2022 r. do 1 kwietnia 2022 r.

Poniedziałek 28 marca 2022 r.

Zupa gulaszowa z ziemniakami, marchewką, pietruszką, kiszonym ogórkiem, kolorową papryką, pomidorami, porem, selerem, cebulką, czosnkiem i zieleniną

Ryż na mleku z prażonymi jabłkami i cynamonem

Owoce i bakalie – fistaszki, mandarynki, kiwi,

Herbatka z limonką

Wtorek 29 marca 2022 r.

Zupa grysikowa z marchewką, pietruszką, porem, selerem i szczypiorkiem,

Nuggetsy z kurczaka w sezamowej panierce (wypiekane w piecu), ziemniaki z koperkiem

Salatka pekińska – z kapusty pekińskiej, kiszzonego ogórka, jajek, kukurydzy, czerwonej cebulki z sosem jogurtowo – czosnkowym i szczypiorkiem,

Kompot z jabłek i mięty

Środa 30 marca 2022 r.

Barszcz ukraiński z ziemniakami, białą i czerwoną fasolką, kapustą, włoszczyzną, czosnkiem i koperkiem,

Makaron z twarogiem i miodem,

DESER – muffinek czekoladowy (bez cukru) z malinką – Światowy Dzień Muffina

Kompot z jeżyn

Czwartek 31 marca 2022 r.

Fasolatta z ziemniakami, marchewką, pietruszką, porem, selerem, pieczoną cebulką, majerankiem i koperkiem,

Gołąbki „bez zawijania” z mięsem wieprzowo – wołowym, ryżem, kaszą gryczaną, cebulą i czosnkiem + sos pomidorowo - ziołowy

Mix warzyw gotowanych na parze – mieszanka francuska (brokuł, mini kukurydza, cukinia, groszek cukrowy)

Kompot z malin ze świeżą miętą

Piątek 1 kwietnia 2022 r.

Zupka ze świeżego kalafiora z marchewką, pietruszką, porem, selerem i szczypiorkiem,

Ryba pieczona z jabłkami, cebulką, czosnkiem, imbirem i kolendrą, ziemniaczki całe z koperkiem,

Marchewkowa surówka – z marchewki, jabłek i jogurtu / lub pomidorki koktajlowe (do wyboru)

Owoce – winogrono białe i czerwone

Herbata z limonką

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