

JADŁOSPIS

od 18 lipca 2022 r. do 22 lipca 2022 r.

Poniedziałek 18 lipca 2022 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną

Kawa zbożowa z mlekiem

Chleb graham z masłem, połówką drobiową, zieloną sałatką i pomidorem malinowym,

Drugie śniadanie

Plaster arbuza

Obiad

Zupa jarzynowa z kalafiolem, fasolką szparagową, włoszczyzną i zieloną pietruszką,

Ryż z musem jogurtowo – truskawkowym,

Kompot owocowy

Podwieczorek

Brzoskwinia,

Wtorek 19 lipca 2022 r.

Śniadanie

Herbatka z cytryną

Bułeczka kajzerka z masłem,

Płatki kukurydziane z mlekiem

Drugie śniadanie

Jabłko

Obiad

Rosół drobiowy z makaronem, marchewką, pietruszką, porem, selerem, cebulką i szczypiorkiem,

Kotlet mielony wieprzowy (zapiekany w piecu), ziemniaki z koperkiem,

Mizeria ze szczypiorkiem i sosem jogurtowo – śmietankowym

Kompot wieloowocowy

Podwieczorek

Gruszka



JADŁOSPIS

od 18 lipca 2022 r. do 22 lipca 2022 r.

Środa 20 lipca 2022 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną,
Kawa zbożowa z mlekiem,
Chleb ziarnisty z masłem, szynką wieprzową, kolorową papryką i szczypiorkiem,

Drugie śniadanie

Lemoniada cytrusowa z miętą,

Obiad

Zupa brokułowa z ziemniakami, włoszczyzną i koperkiem,
Łazanki z mięsem drobiowym i młoda kapusta
Kompot porzeczkowy

Podwieczorek

Banan

Czwartek 21 lipca 2022 r.

Śniadanie

Herbata owocowa
Kakao
Bułka kielecka z masłem, pastą jajeczną ze szczypiorkiem,

Drugie śniadanie


Gruszka

Obiad

Zupa ziemniaczana z marchewką, pietruszką, porem, selerem i koperkiem,
Gulasz drobiowy z warzywami, kaszotto gryczane,
Sałatka z kiszonych ogórków i szczypiorku
Kompot owocowy

Podwieczorek

DESER – smoothie arbuzowe z miętą + biszkopcik



JADŁOSPIS

od 18 lipca 2022 r. do 22 lipca 2022 r.

Piątek 22 lipca 2022 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną,

Mleko

Chleb wiejski z masłem, białym serem i pomidorkami koktajlowymi

Drugie śniadanie

Bakaliowa przekąska, suszone owoce

Obiad

Zupka pomidorowa z makaronem, marchewką, pietruszką, porem, selerem i zieleniną

Kotlecik z ryby (pieczony w picu), ziemniaki z koperkiem,

Surówka z kiszonej kapusty z marchewką, jabłkiem i zieloną pietruszką,

Kompot owocowy

Podwieczorek

Soczek owocowy świeżo wyciskany z jabłek, pomarańczy i banana

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

