

JADŁOSPIS

od 12 września 2022 r. do 16 września 2022 r.

Poniedziałek 12 września 2022 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną
Kawa zbożowa z mlekiem
Chleb pytlowy z masłem, wędliną z kurczaka, zielonym ogórkiem i szczypiorkiem,

Drugie śniadanie

Jabłko

Obiad

Zupa ziemniaczana z włoszczyzną i zieleńią, ,
Risotto z mięsem wieprzowym, warzywami i sosem pomidorowym,
Kompot z wiśni

Podwieczorek

Brzoskwinia

Wtorek 13 września 2022 r.

Śniadanie

Herbatka z cytryną
Kakao
Bułeczka kielecka z masłem, twarożkiem czosnkowym i pomidorem malinowym,

Drugie śniadanie

Ananas

Obiad

Zupka ze świeżego kalafiora z makaronem, marchewką, pietruszką, porem, selerem i zieleńią,
Filet z kurczaka (wypiekany w piecu), ziemniaki z koperkiem,
Koperkowa sałatka – z kapusty pekińskiej, pora, jabłek, kopru z sosem jogurtowo - chrzanowym
Kompot owocowy,

Podwieczorek

DESER – galaretką z borówkami amerykańskimi,



JADŁOSPIS

od 12 września 2022 r. do 16 września 2022 r.

Środa 14 września 2022 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną,

Kawa zbożowa z mlekiem,

Samodzielne kanapeczki - Chleb graham z masłem – a do niego – kiełbasa żywiecka, pomidorki koktajlowe i listki roszponki

Drugie śniadanie

Marcheweczki i kalarepa do chrupania

Obiad

Kapuśniak ze słodkiej kapusty z mięsem wieprzowym włoszczyzną, ziemniakami i koperkiem,

Racuszki drożdżowe z jabłkami i brzoskwinia,

Kompot z malin

Podwieczorek

Gruszka

Czwartek 15 września 2022 r.

Śniadanie

Herbata z sokiem malinowym,

Płatki kukurydziane z mlekiem,

Bułeczka z kruszonką i masłem,

Drugie śniadanie

Banan

Obiad

Zupka pomidorowa z ryżem, włoszczyzną i koperkiem

Gulasz drobiowy z warzywami, ziemniaki z koperkiem,

Salatka z kiszonych ogórków i szczypiorku

Lemoniada cytrusowa z plastrem cytryny, miodem i miętą

Podwieczorek

DESER – koktajl jogurtowo – truskawkowy z biszkopecikiem,



JADŁOSPIS

od 12 września 2022 r. do 16 września 2022 r.

Piątek 16 września 2022 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną,
Kawa zbożowa z mlekiem
Chleb wiejski z masłem, filetem z makreli w sosie pomidorowym i żółtą papryką,

Drugie śniadanie

Owocowa przekąska – kawałki arbuza, figa, śliwka węgierka

Obiad

Krupnik gryczany z mięsem z kurczaka, ziemniakami, włoszczyzną, włoską kapustą i koperkiem,
Pierogi ruskie z masłem + surówka z marchewki i jabłek,
Woda z miętą,

Podwieczorek

Chrupsy jabłkowe (suszone plastry jabłka)

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

