

JADŁOSPIS

od 19 września 2022 r. do 23 września 2022 r.

Poniedziałek 19 września 2022 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną
Kawa zbożowa z mlekiem
Chleb pytlowy z masłem,
Parówki drobiowe na ciepło z keczupem + pomidor malinowy

Drugie śniadanie

Banan

Obiad

Zupa zielonego groszku z ziemniakami, marchewką, pietruszką, porem, selerem, cebulką, czosnkiem i zieloną pietruszką, zabelona śmietaną,
Kaszotto z mięsem wieprzowym, warzywami i sosem pomidorowym,
Kompot z wiśni

Podwieczorek

DESER – sok świeżo wyciskany z jabłek, marchewki i buraczka + ciasteczko zbożowe

Wtorek 20 września 2022 r.

Śniadanie

Herbatka z cytryną
Mleko
Bułeczka kajzerka z masłem i konfiturą truskawkową,

Drugie śniadanie

Melon żółty

Obiad

Rosół drobiowo - wołowy z makaronem, marchewką, pietruszką, porem, selerem i zieleniną,
Kotleciki mielone z filetów z indyka (wypiekane w piecu), ziemniaki z koperkiem,
Porowa sałatka – z pora, jabłek i jogurtu greckiego
Kompot owocowy,

Podwieczorek

DESER – serek waniliowy,



JADŁOSPIS

od 19 września 2022 r. do 23 września 2022 r.

Środa 21 września 2022 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną,
Kawa zbożowa z mlekiem,
Samodzielne kanapeczki - Chleb razowy z masłem – a do niego – polędwica drobiowa,
sałatka rzymska, zielony ogórek, rzodkiewka

Drugie śniadanie

Bakaliowa przekąska – ziarna słonecznika, rodzyнки

Obiad

Barszcz ukraiński z fasolką szparagowa, mięsem wieprzowym, białą kapustą, ziemniakami i koperkiem,
Makaron z musem jabłkowym i cynamonem,
Kompot z malin

Podwieczorek

Gruszka

Czwartek 22 września 2022 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną
Kakao
Chleb starowiejski z masłem, żółtym serem i pomidorem malinowym,

Drugie śniadanie

Jabłko

Obiad

Zupka ogórkowa z ryżem, włoszczyzną i koperkiem
Zrazik wieprzowy w sosie własnym, ziemniaki ze szczypiorkiem
Brokuł gotowany na parze
Kompot owocowy

Podwieczorek

DESER – smoothie z mango, arbuza i truskawek,



JADŁOSPIS

od 19 września 2022 r. do 23 września 2022 r.

Piątek 23 września 2022 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną,
Kawa zbożowa z mlekiem
Bułeczka kielecka z masłem, pastą jajeczno – serową i szczypiorkiem,

Drugie śniadanie

Kolorowe winogrono

Obiad

Zupa jarzynowa z kalafiolem, zielonym groszkiem, fasolką szparagową, brukselką, ziemniakami, włoszczyzną i zieloną pietruszką,
Ryba pieczona z ziołami (miruna), ziemniaki
Surówka z kiszonej kapusty, jabłek, marchewki i szczypiorku
Woda z miętą,

Podwieczorek

Mus owocowy

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

