

## **Jadłospis**

### **Od 3 października 2022 r. do 7 października 2022 r.**

#### **Poniedziałek 3 października 2022 r.**

Kapuśniaczek z kiszzonej kapusty z wiejska kielbasą, ziemniakami, marchewką, pietruszką, porem i zielenią

Makaronowe kokardy z twarogiem i miodem

**Zdrowa przekąska** – banan, morela, marchewki, figa, orzeszki ziemne

Herbata z cytryną

#### **Wtorek 4 października 2022 r.**

Rosół drobiowo – wołowy z makaronem, marchewką, pietruszką, porem, selerem i zielenią, Szaszłyk z filetów z kurczaka z kolorową papryką, czerwoną cebulką, pieczarkami, ziemniaki z koperkiem,

**Mizeria** – z ogórków szklarniowych, szczypiorku i sosu jogurtowo - śmietanowego

Kompot owocowy

#### **Środa 5 października 2022 r.**

Krupnik jęczmienny z ziemniakami, marchewką, pietruszką, porem, selerem, cebulką i zielenią, Placki ziemniaczane z serem i szpinakiem + jogurt naturalny / keczup

**DESER** – wafelek karmelowy (własnej roboty) + banan

Herbatka z cytryną

#### **Czwartek 6 października 2022 r.**

Zupa pieczarkowa z makaronem, marchewką, pietruszką, porem, selerem i szczypiorkiem

Gulasz z indyka z warzywami i ryżem,

**Buraczkowa surówka** – z buraków, jabłek, czerwonej cebulki i szczypiorku

**Sok świeżo wyciskany** z jabłek, marchewki, truskawek i buraczków

#### **Piątek 7 października 2022 r.**

Zupa krem z warzyw z kremówką i groszkiem ptysowym,

Drożdżowe opoki

Herbata z miodem

**DESER** – truskawkowy jogurt do picia (własnej roboty)



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