

JADŁOSPIS

od 17 października 2022 r. do 21 października 2022 r.

Poniedziałek 17 października 2022 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną

Kawa zbożowa z mlekiem

Samodzielne kanapeczki - Chleb ziarnisty z masłem – a do niego – plasterki kielbasy żywieckiej, czerwona papryka, świeży ogórek, rosółka

Drugie śniadanie

Jabłko i marchewki do chrupania

Obiad

Zupka z groszku łupanego z ziemniakami, wiejską kielbasą, włoszczyzną, cebulką, czosnkiem, majerankiem i szczypiorkiem,

Kasza jagłana wypiekana ze śliwkami + mus jogurtowy z nutą wanilii

Kompot owocowy

Podwieczorek

Budyniowy deser z pestkami granatu i biszkopcikiem,

Wtorek 18 października 2022 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną

Zupka mleczna z płatkami owsianymi

Bułeczka z kruszonką i masłem,

Drugie śniadanie

Ananas

Obiad

Zupa ogórkowa z ryżem, marchewką, pietruszką, porem, selerem i natką

Filet z kurczaka duszony w ziołach, ziemniaki z koperkiem,

Zielona sałatka z pomidorkami koktajlowymi, kolorową papryką, prażonym słonecznikiem i sosem cytrynowo – czosnkowym,

Kompot owocowy,

Podwieczorek

Banan



JADŁOSPIS

od 17 października 2022 r. do 21 października 2022 r.

Środa 19 października 2022 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną,
Kawa zbożowa z mlekiem,
Chleb razowy z masłem, poledwicą wieprzową, rzodkiewką, pomidorkami koktajlowymi i
szczypiorkiem,

Drugie śniadanie

Mandarynka

Obiad

Zupa ze świeżego kalafiora z ziemniakami, marchewką, pietruszką, porem, selerem i
szczypiorkiem
Łazanki z kiszoną kapustą i mięsem wieprzowym,
Kompot owocowy

Podwieczorek

Mus z jabłek i bananów z ciasteczkami ptysiovym

Czwartek 20 października 2022 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną
Kakao
Bułeczka pszenna z masłem, żółtym serem, kiszonym ogórkiem i kolorową papryką

Drugie śniadanie

Kiwi

Obiad

Zupa pieczarkowa z zacierką i świeżymi warzywami (marchewka, pietruszka, por, seler)
i zielenią,
Pulpeciki wieprzowe w sosie własnym, ziemniaki z koperkiem,
Surówka z czerwonej kapusty z cebulką, i jabłkiem,
Kompot owocowy

Podwieczorek

DESER – twarożek waniliowo – truskawkowy z kleksem musu z truskawek



JADŁOSPIS

od 17 października 2022 r. do 21 października 2022 r.

Piątek 21 października 2022 r.

Śniadanie

Herbata z limonką
Mleko
Chąłka z masłem

Drugie śniadanie

Plaster melona

Obiad

Zupa krem z dyni z groszkiem ptysiowym,
Kotlecik mielony z dorsza 9wypiekany w piecu), ziemniaki z koperkiem,
Marchewkowa sałatka z jabłkiem,
Kompot wielowocowy

Podwieczorek

Gruszka

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

