

## JADŁOSPIS

od 24 października 2022 r. do 28 października 2022 r.

### Poniedziałek 24 października 2022 r.

#### **Śniadanie**

Herbata z cytryną

Kawa zbożowa z mlekiem

Chleb pytlowy z masłem, szynką wiejską, listkami rukoli, pomidorem malinowym i rzodkiewką,

#### **Drugie śniadanie**

Plaster melona

#### **Obiad**

Zupa z czerwonej soczewicy z ziemniakami i kawałkami pieczonej szynki

Makaron z białym serem,

Kompot owocowy

#### **Podwieczorek**

**DESER** – kaszka manna na mleku z sokiem malinowym

### Wtorek 25 października 2022 r.

#### **Śniadanie**

Herbata z cytryną

Zupka mleczna z tartym ciastem

Bułeczka z masłem i konfiturą owocową,

#### **Drugie śniadanie**

Banan

#### **Obiad**

Zupa krem z pomidorów i warzyw z grzankami zielowymi (własnej roboty)

Filet z indyka duszony w jabłkach, ziemniaki z koperkiem,

Zielona sałatka – z sałaty masłowej, jajka i sosu jogurtowego

Kompot owocowy,

#### **Podwieczorek**

Mandarynka



## JADŁOSPIS

od 24 października 2022 r. do 28 października 2022 r.

### Środa 26 października 2022 r.

#### Śniadanie

Herbata z cytryną,

Kawa zbożowa z mlekiem,

**Samodzielne kanapeczki** - Chleb razowy z masłem – a do niego – poledwica drobiowa, kielki rzodkiewki, żółta papryka i czarne oliwki

#### Drugie śniadanie

Marchewki i jabłko

#### Obiad

Żur z wiejską kielbasą, ziemniakami, cebulką, czosnkiem i majerankiem

Risotto z mięsem drobiowym, marchewką, zielonym groszkiem, kukurydzą i sosem pomidorowym,

Kompot z malin

#### Podwieczorek

**DESER** – mango lassie z bananami i jogurtem

### Czwartek 27 października 2022 r.

#### Śniadanie

Herbata z cytryną

Kakao

Bułeczka grahamka z masłem, pastą z kurczaka i warzy, pomidorem malinowym i czerwoną papryką

#### Drugie śniadanie

Wafelek ryżowy

#### Obiad


Zupka ziemniaczana z włoszczyzną, cebulką, czosnkiem i majerankiem,

Gulasz wieprzowy z pieczoną papryką, kaszotto jęczmienne,

**Porowa surówka** - z pora, jabłek, kukurydzy z sosem jogurtowo – śmietankowym,  
Kompot owocowy

#### Podwieczorek

**DESER** – kisiel z wiśni (własnej roboty)



## JADŁOSPIS

od 24 października 2022 r. do 28 października 2022 r.

### Piątek 28 października 2022 r.

#### **Śniadanie**

Herbata z limonką

Kawa zbożowa z mlekiem

Bułka ziarnista z masłem, pastą rybną, zieloną sałatą, pomidorkami koktajlowymi i szczypiorkiem,

#### **Drugie śniadanie**

Plaster ananasa

#### **Obiad**

Zupa ryżowa z mięsem drobiowym i świeżymi warzywami (marchewka, pietruszka, por, seler)

Placuszki ziemniaczane (z gotowanych ziemniaków) z sosem pieczarkowym z suszonym tymiankiem, cebulką i zieloną pietruszką,

Kompot wielowocowy

#### **Podwieczorek**

Jabłko

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

