

## Jadłospis

### Od 24 października 2022 r. do 28 października 2022 r.

#### **Poniedziałek 24 października 2022 r.**

Zupa z łupanego groszku ze świeżymi warzywami (marchewka, pietruszka, por, seler, ziemniaki, cebula, czosnek, szczypiorek)

Ryż z prażonymi jabłkami, cynamonem i musem jogurtowo – waniliowym,

Herbata z cytryną

#### **Wtorek 25 października 2022 r.**

Rosół z kaczki i kurczaka z makaronem, marchewką, pietruszką, porem, selerem i lubczykiem,

Gulasz wieprzowy z pieczoną papryką, cebulką i czosnkiem, ziemniaki z koperkiem,

**Surówka z kiszonej kapusty** – z jabłkiem, marchewką, czerwoną cebulką i oliwą z oliwek

Kompot z malin

#### **Środa 26 października 2022 r.**

Barszczyk czerwony z jajkiem

Zapiekane parówki w cieście francuskim (*parówki 94 % mięsa wieprzowego*) + keczup i sos czosnkowy (własnej roboty)

**Zdrowa przekąska** – pół banana, fistaszki, marchewka do chrupania (słupki)

Herbata z limonką

#### **Czwartek 27 października 2022 r.**

Zupa ze świeżych pieczarek z włoszczyzną i zieloną pietruszką,

Kotlet schabowy (wypiekany w piecu), ziemniaki z koperkiem,

**Surówka z białej kapusty** – z jabłkiem, marchewką, czerwoną cebulką, szczypiorkiem i sosem śmietanowo – musztardowym,

**Sok świeżo wyciskany** – z ananasa i gruszki

#### **Piątek 28 października 2022 r.**

Zupa ogórkowa z ziemniakami, marchewką, pietruszką, porem, selerem i zieleniną,

Naleśniki z twarogiem i czekoladą (własnej roboty) + owoce – kiwi, pestki granatu, plaster pomarańczy

Herbata z sokiem



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