

Jadłospis

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

Poniedziałek 24 października 2022 r.

Zupa ziemniaczana ze świeżymi warzywami (marchewka, pietruszka, por, seler, ziemniaki, cebula, czosnek, szczypiorek)

Spaghetti pełnoziarnisty z mięsem wieprzowym, sosem pomidorowo – ziołowym i wiórkami sera mozzarella

Herbata z cytryną

Wtorek 25 października 2022 r.

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

Podudka z kurczaka pieczone w ziołach, ziemniaki z koperkiem,

Grecka sałatka – z sałaty lodowej, rukoli, świeżej bazylii, pomidorków koktajlowych, ogórka, kukurydzy, czarnych oliwek i sosu czosnkowo – cytrynowego,

Kompot z malin

Środa 26 października 2022 r.

Chłopski garnek z białą kapustą, wiejską kielbasą, czerwoną i zieloną papryką, ziemniakami, cebulką, czosnkiem, pomidorami i przyprawami (*majeranek, kolendra, papryka słodka i ostra, bazylia, tymianek kminek, gałka muszkatołowa, sól, pieprz*) + bułeczka ziarnista z ziołowym masłem

Herbata z limonką

DESER – mini serniczki na kruchym spodzie z owocami

Czwartek 27 października 2022 r.

Zupa grysikowa z włoszczyzną i zieloną pietruszką,

Schab pieczony z sosem z suszonych śliwek, ziemniaki z koperkiem,

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

Sok świeżo wyciskany – z ananasa i gruszki

Piątek 28 października 2022 r.

Krupnik jęczmienny z marchewką, pietruszką, porem, selerem i zieleniną,

Ryba (miruna) w cieście, ziemniaki z koperkiem

Mizeria – z ogórków szklarniowych, rzodkiewki, szczypiorku z sosem jogurtowo – śmietankowym,

Owocowa przekąska - kiwi na patyku, kolorowe winogrono, jabłko, figa, ananas, melon, marcheweczki, orzechy (ziemnie, laskowe, pistacje)



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