

## JADŁOSPIS

od 21 listopada 2022 r. do 25 listopada 2022 r.

### Poniedziałek 21 listopada 2022 r.

#### **Śniadanie**

Herbata z sokiem malinowym  
Kawa INKA z mlekiem  
Chleb wieloziarnisty z masłem i pomidorkiem malinowy,  
Parówki drobiowe na ciepło z keczupem,

#### **Drugie śniadanie**

Jabłko

#### **Obiad**

Zupa ze świeżego brokuła z ziemniakami, marchewką, pietruszką, porem, selerem, cebulą i zieleńią  
Risotto z mięsem wieprzowym, włoszczyzną i sosem pomidorowo – ziołowym,  
Kompot owocowy

#### **Podwieczorek**

**DESER** – Shake jogurtowy z owocami leśnymi

### Wtorek 22 listopada 2022 r.

#### **Śniadanie**

Herbata owocowa  
Płatki kukurydziane z mlekiem,  
Bułka z kruszonką i masłem

#### **Drugie śniadanie**

Bakaliowa przekąska

#### **Obiad**

Zupa zacierkowa z marchewką, pietruszką, selerem, tymiankiem i szczypiorkiem,  
Kotlecik mielony z indyka (wypiekany w piecu), ziemniaki z koperkiem,  
Selerowa surówka z ananasem, płatkami migdałowymi i dresingiem jogurtowym,  
Kompot owocowy,

#### **Podwieczorek**

Gruszka



## JADŁOSPIS

od 21 listopada 2022 r. do 25 listopada 2022 r.

### Środa 23 listopada 2022 r.

#### **Śniadanie**

Herbata z cytryną,

Kawa zbożowa z mlekiem,

**Samodzielne kanapeczki** - Chleb graham z masłem – a do niego – kielbasa żywiecka, zielony ogórek, rzodkiewka, żółta papryka, szczypiorek,

#### **Drugie śniadanie**

Plaster arbuza

#### **Obiad**

Barszcz ukraiński z fasolką szparagową, białą kapustą, ziemniakami i mięsem,

Makaron z prażonymi jabłkami, cynamonem i imbirem,

Kompot owocowy

#### **Podwieczorek**

Pomarańcza

### Czwartek 24 listopada 2022 r.

#### **Śniadanie**

Herbata z cytryną

Kakao

Chleb wiejski z masłem, żółtym serem i pomidorem malinowym,

#### **Drugie śniadanie**

Owocowy talerzy – plaster kiwi, kaki i gruszka

#### **Obiad**

Zupa pomidorowa z makaronem łazankowym, marchewką, pietruszką, porem i zieleniną,

Kiełbaski rumuńskie z papryką, ziemniaki z koperkiem,

Fasolka szparagowa gotowana na parze

Kompot owocowy

#### **Podwieczorek**

Banan





## JADŁOSPIS

od 21 listopada 2022 r. do 25 listopada 2022 r.

### Środa 25 listopada 2022 r. – DZIEŃ PLUSZOWEGO MISIA

#### **Śniadanie**

Herbata z cytryną,  
Kawa z mlekiem,  
Bułka kielecka z masłem, pastą z ryby (makrela w pomidorach) i kiszonym ogórkiem,

#### **Drugie śniadanie**

Kolorowe winogrono

#### **Obiad**

Krupnik gryczany z włoszczyzną i ziemniakami, zabieleny śmietaną,  
Pierogi z masłem + marchewkowa surówka z jabłkiem,  
Kompot z wiśni

#### **Podwieczorek**

Misiowe ciasteczka biszkoptowe (własnego wypieku) + mandarynka

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

