

JADŁOSPIS

od 28 listopada 2022 r. do 2 grudnia 2022 r.

Poniedziałek 28 listopada 2022 r.

Śniadanie

Herbata z sokiem malinowym

Kawa INKA z mlekiem

Chleb wieloziarnisty z masłem, kielbasą krakowską, kiszonym ogórkiem, żółtą papryką i zieloną sałatą,

Drugie śniadanie

Jabłko i marchewka

Obiad

Zupa ze świeżego kalafiora z ziemniakami, marchewką, pietruszką, porem, selerem i koperkiem

Risotto z mięsem wieprzowym, warzywami i sosem pomidorowym

Kompot owocowy

Podwieczorek

DESER – twarożek waniliowy z musem z mango

Wtorek 29 listopada 2022 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną

Zupa mleczna z płatkami owsianymi

Chleb z masłem i żółtym serem,

Drugie śniadanie

Mandarynka

Obiad

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

Półdewiczki w sosie własnym, ziemniaki z koperkiem,

Mizeria ze szczypiorkiem i sosem jogurtowym,

Kompot owocowy,

Podwieczorek

Gruszka



JADŁOSPIS

od 28 listopada 2022 r. do 2 grudnia 2022 r.

Środa 30 listopada 2022 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną,
Kakao

Samodzielne kanapeczki - Chleb wieloziarnisty z masłem – a do niego –połędwica drobiowa, czerwona papryka, plasterki rzodkiewki, listki roszponki

Drugie śniadanie

Banan

Obiad

Zupa fasolowa z ziemniakami, włoszczyzną, majerankiem, czosnkiem i zieloną pietruszką
Makaron z jabłkami i cynamonem,
Kompot owocowy

Podwieczorek

Soczek - świeżo wyciskamy z warzyw + ciasteczko owsiane

Czwartek 1 grudnia 2022 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną
Kawa zbożowa z mlekiem,
Bułeczka pszenna z masłem, pasztetem drobiowym, pomidorem malinowym, żółtą papryką i listkami rukoli

Drugie śniadanie

Bakaliowa przekąska

Obiad

Zupa ryżowa z marchewką, pietruszką, porem i zieleniną,
Filet drobiowy w ziołach (wypiekany w piecu), ziemniaki z koperkiem,
Zielona sałatka z pomidorkami i prażonym słonecznikiem,
Kompot owocowy

Podwieczorek

Koktajl z truskawek i jogurtu



JADŁOSPIS

od 28 listopada 2022 r. do 2 grudnia 2022 r.

Środa 2 grudnia 2022 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną,

Kawa z mlekiem,

Bułeczka grahamka z masłem, pastą z makreli, świeżym ogórkiem, pomidorkiem koktajlowym i szczypiorkiem

Drugie śniadanie

Kolorowe winogrono

Obiad

Zupa owocowa z truskawek i wiśni z groszkiem ptysowym,

Kopytka + mini marchewki gotowane na parze

Kompot z wiśni

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

