

## Jadłospis Od 5 grudnia 2022 r. do 9 grudnia 2022 r.

### **Poniedziałek 5 grudnia 2022 r.**

Żur z wiejską kielbasą, jajkiem, majerankiem, cebulka i czosnkiem,  
Placuszki z cukinii i ziemniaków + sos tzatziki i jogurt grecki

**Owoce i bakalie** – melon żółty, mandarynki, orzechy ziemne, orzechy włoskie, żurawina,  
chrupsy jabłkowe

**Herbata z limonka,**

### **Wtorek 6 grudnia 2022 r.**

Rosół z kaczki i mięsa wołowego z makaronem, marchewka, pietruszka, porem, selerem i  
lubczykiem,

Udko pieczone w ziołach, ziemniaki z koperkiem,

**Pekińska sałatka** – z kapusty pekińskiej, kukurydzy, kiszzonego ogórka, jajek z sosem  
jogurtowo – czosnkowym i szczypiorkiem,

Kompot z wiśni

### **Środa 7 grudnia 2022 r.**

Zupa z groszku łupanego z ziemniakami, włoszczyzną, czosnkiem i majerankiem + pieczywo  
Makaron pełnoziarnisty z białym serem

**DESER MIKOŁAJOWY** – krem paryski z czekoladową kruszonką, borówkami amerykańskimi,  
malinami, miętą

Herbatka z cytryną

### **Czwartek 8 grudnia 2022 r.**

Zupa ze świeżych pieczarek z marchewką, pietruszką, porem, selerem naciowym i  
szczypiorkiem,

Pieczeń rzymska z sosem śliwkowym, kaszotto z kaszy gryczanej, jaglanej i jęczmiennej,

**Zielona sałatka** – z zielonej sałaty, rzodkiewki, szczypiorku, prażonego słonecznika, z  
sosem jogurtowo – chrzanowym,

**Sok świeżo wyciskany** – z gruszek, bananów, marchewki i buraka

### **Piątek 9 grudnia 2022 r.**

Zupa grysikowa z włoszczyzną i koperkiem,

Kotleciki z dorsza (wypiekane w piecu), ziemniaki ze szczypiorkiem,

Warzywa gotowane na parze – kalafior, brokuła, mini marchewki

**DESER** – jogurt truskawkowy z kawałkami truskawek (własnej roboty)

Herbata z miodem,

Szkoła zastrzega sobie prawo do niewielkich modyfikacji w jadłospisie.

**W ciągu dnia dzieci mają nieograniczony dostęp do źródlanej lub mineralnej wody niegazowanej,  
otrzymują także herbatę z cytryną, herbatki owocowe, kompot lub sok.**

Szczegółowe informacje dotyczące składu poszczególnych posiłków, gramatura i kaloryczność  
udostępniane są w szkole na tablicy jadłospisów, stronie internetowej lub u intendenta placówki