

## Jadłospis Od 13 marca 2023 r. do 17 marca 2023 r.

### Poniedziałek 13 marca 2023 r.

Barszcz czerwony z jajkiem

Makaron z białym serem

**Sałatka owocowo – bakaliowa** (gruszka, ananas, kiwi, kolorowe winogrono, żurawina)

Herbata z miodem i limonką,

### Wtorek 14 marca 2023 r.

Zupa ryżowa z brokułem, marchewką, pietruszką, porem, selerem i szczypiorkiem,

Udko z kurczaka, ziemniaki z koperkiem,

**Sałatka z kapusty pekińskiej** – z ogórkami, rzodkiewką, szczypiorkiem, marchewką i jogurtem,

Kisiel truskawkowy

### Środa 15 marca 2023 r.

Zupa jarzynowa z kalafiolem, brukselką, fasolką szparagową, marchewką, pietruszką, selerem, porem i zielenina

Gołąbki siekane z sosem pieczarkowym,

Herbata z miętą

### Czwartek 16 marca 2023 r.

Zupa koperkowa z ryżem, marchewką, pietruszką, selerem porem i natką pietruszki + kanapka z pastą z tuńczyka

Gulasz z szynki wieprzowej, z kaszą jaglaną, gryczaną i jęczmienną

Surówka z kiszanej kapusty z jabłkiem, marchewką i szczypiorkiem,

**Sok świeżo wyciskany** – z marchewki, jabłek, buraczka

### Piątek 17 marca 2023 r.

Krem z pora i białych warzyw z grzankami,

Kluski śląskie

Herbata z imbirem i cytryną / Kawa inka

**DESER** – jogurtowo – malinowa fantazja z kruchym ciachem,

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