

JADŁOSPIS

od 20 marca 2023 r. do 24 marca 2023 r.

Poniedziałek 20 marca 2023 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną, kawa zbożowa z mlekiem,
Bułka kielecka z masłem, kielbasą żywiecką, czerwoną papryką i szczypiorkiem,

Drugie śniadanie

Banan

Obiad

Zupa ogórkowa z ziemniakami, włoszczyzną i zieleniną
Spaghetti z mięsem wieprzowym i sosem pomidorowo – ziołowym,
Kompot owocowy,

Podwieczorek

Pomarańcza

Wtorek 21 marca 2023 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną,
Kakao
Kajzerka z masłem, pastą twarogowo – jajeczną i szczypiorkiem

Drugie śniadanie


Jabłko

Obiad

Zupka jarzynowa z makaronem, brokułem, kalafiolem, brukselką, włoszczyzną i zieloną pietruszką,
Filet z indyka pieczony w ziołach, ziemniaki z koperkiem
Sałatka Caprese – z sałaty lodowej, rukoli, świeżej bazylii, pomidorów malinowych, sera mozzarella
z sosem winegret,
Kompot owocowy

Podwieczorek

DESER – smoothie z kiwi i ananasa



JADŁOSPIS

od 20 marca 2023 r. do 24 marca 2023 r.

Środa 22 marca 2023 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną

Kawa z mlekiem

Samodzielne kanapeczki – chleb pytlowy z masłem + wędlina drobiowa, listki rukoli, pomidor malinowy, rzodkiewka, szczypiorek (do wyboru)

Drugie śniadanie

Kolorowe winogrono

Obiad

Zupa z zielonego groszku z ziemniakami, włoszczyzną, czosnkiem, cebulką i szczypiorkiem,

Ryż z musem jogurtowo – truskawkowym,

Kompot owocowy

Podwieczorek

Sok owocowo – warzywny

Czwartek 23 marca 2023 r.

Śniadanie

Herbata z sokiem malinowym

Płatki kukurydziane z mlekiem,

Bułeczka z kruszonką i masłem,

Drugie śniadanie

Gruszka

Obiad

Zupa brokułowa z marchewką, pietruszką, porem, selerem i zieleniną,

Zrazik wieprzowy, kaszotto gryczane, fasolka szparagowa gotowana na parze

Kompot owocowy

Podwieczorek

DESER – galaretka z jagodami + biszkopcik



JADŁOSPIS

od 20 marca 2023 r. do 24 marca 2023 r.

Piątek 24 marca 2023 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną

Kakao

Chleb wiejski z masłem, żółtym serem i pomidorem malinowym,

Drugie śniadanie

Mandarynka

Obiad

Zupa z czerwonych owoców z groszkiem ptysiowym,

Ryba pieczona w ziołach i warzywach, ziemniaki ze szczypiorkiem

Surówka z kiszonej kapusty z jabłkiem, marchewką i zieloną pietruszką,

Kompot owocowy

Podwieczorek

Chrupsy jabłkowe

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

