



Jadłospis
Od 27 marca 2023 r. do 31 marca 2023 r.

Poniedziałek 27 marca 2023 r.

Zupa kartoflana z włoszczyzną i koperkiem,
Spaghetti z mięsem wołowo – wieprzowym, pomidorami, świeżą bazylią, oregano, tymiankiem, czosnkiem i wiórkami sera mozzarella
Woda z sokiem malinowym i miętą
DESER - Mango lassie z jogurtem greckim,

Wtorek 28 marca 2023 r.

Zupa rosółowa z kolorowym makaronem, marchewką, pietruszką, porem, selerem i natką,
Kotleciki mielone z indyka i kurczaka (wypiekane w piecu), ziemniaki z koperkiem,
Dodatki do obiadu – marchewkowa surówka z brzoskwiniami / zielona sałata z sosem jajecznym, szczypiorkiem i prażonym słonecznikiem / pomidorek koktajlowy
Kompot z wiśni

Środa 29 marca 2023 r.

Zupa gulaszowa z mięsem wieprzowym, kolorową papryką, pieczarkami, marchewką, pietruszką, porem, selerem, cebulą, czosnkiem i szczypiorkiem + chleb z otrębami z masłem ziołowym,
Placuszki warzywno – ziemniaczane z jogurtem greckim,
Deser borówkowy chia z twarogiem i mascarpone
Herbata z cytryną i miętą

Czwartek 30 marca 2023 r.

Zupa czosnkowa z zacierką, marchewką, pietruszką, porem, selerem i szczypiorkiem,
Filet z kurczaka z suszonymi pomidorami, czosnkiem, szpinakiem i zieloną pietruszką, kaszotto z kaszy bulgur, jęczmiennej i pęczaku,
Dodatki do obiadu – surówka z białej kapusty z marchewką, cebulka, jabłkiem i szczypiorkiem,
Kompot z gruszek, śliwek i malin

Piątek 31 marca 2023 r.

Zupa ogórkowa z ryżem, marchewką, pietruszką, selerem, porem i zieleniną,
Paluszki z ryby (miruna) w „kukurydzianej panierce”, ziemniaki z koperkiem,
Sałatka z gruszką – z sałaty lodowej, rukoli, gruszki, sera dojrzewającego, żurawiny, włoskich orzechów z sosem musztardowo – miodowym na bazie oliwy ze świeżą bazylią i kurkumą,
Herbata z imbirem i cytryną

Szkola 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