

JADŁOSPIS

od 19 czerwca 2023 r. do 23 czerwca 2023 r.

Poniedziałek 19 czerwca 2023 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną i świeżą miętą

Kawa z mlekiem

Chleb z masłem, kielbasą żywiecką, zieloną sałatką i pomidorem koktajlowym,

Drugie śniadanie

Kiwi

Obiad

Zupka wiejska z mięsnymi mini klopsikami, ziemniakami i koperkiem,

Ryż z musem jogurtowo – truskawkowym,

Kompot owocowy,

Podwieczorek

Banan

Wtorek 20 czerwca 2023 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną

Mleko

Bułeczka z kruszonką, masłem i dżemem owocowym

Drugie śniadanie

Bakaliowa przekąska – ziarna słonecznika i pestki dyni

Obiad

Zupka pomidorowa z makaronowymi gwiazdkami, włoszczyzną i zieloną pietruszką,


Kotlet mielony drobiowy (wypiekany w piecu), ziemniaki młode z koperkiem,

Selerowa surówka - ze świeżego selera z jabłkiem, orzechami włoskimi i jogurtem greckim,

Kompot owocowy

Podwieczorek

Kisiel z czerwonych owoców



JADŁOSPIS

od 19 czerwca 2023 r. do 23 czerwca 2023 r.

Środa 21 czerwca 2023 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną i świeżą miętą

Kawa z mlekiem

SAMODZIELNE KANAPECZKI – chleb wieloziarnisty z masłem + polędwica drobiowa, listki rukoli, pomidor malinowy, żółta papryka (do wyboru)

Drugie śniadanie

Truskawki

Obiad

Zupa jarzynowa z fasolką szparagową, brukselką, kalafiolem, brokułem, włoszczyzną i zieleniną

Łazanki z mięsem wieprzowym, słodką kapustą, cebulką i czosnkiem,

Kompot owocowy

Podwieczorek

Jabłko

Czwartek 22 czerwca 2023 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną i miętą

Kakao

Chleb starowiejski z masłem, plastrem białego sera i rzodkiewką,

Drugie śniadanie

Kolorowe winogrono

Obiad

Zupa ze świeżego kalafiora z makaronem i włoszczyzną,

Zrazik w sosie koperkowym z ziemniakami,

Salatka z kiszonych ogórków, pomidorów malinowych i szczypiorku z dresingiem z oliwy z oliwek,

Kompot owocowy

Podwieczorek

Koktajl bananowo – szpinakowy z jogurtem naturalnym,



JADŁOSPIS

od 19 czerwca 2023 r. do 23 czerwca 2023 r.

Piątek 23 czerwca 2023 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną i miętą

Kawa z mlekiem

Bułeczka kielecka z pasta z makreli w sosie pomidorowym i kolorową papryką

Drugie śniadanie

Owocowy talerzyk – mix różnych owoców

Obiad

Krupnik gryczany z mięsem z kurczaka, włoszczyzną i zieloną pietruszką

Pierogi z masłem + mini marchewczki

Kompot owocowy

Podwieczorek

Mus owocowo – warzywny,

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

