

## JADŁOSPIS

od 11 września 2023 r. do 15 września 2023 r.

### Poniedziałek 11 września 2023 r.

#### **Śniadanie**

Herbata z cytryną i miodem,  
Kawa

Chleb mieszany z masłem, wędliną z filetów z indyka, pomidorem malinowym i szczypiorkiem,

#### **Drugie śniadanie**

Banan

#### **Obiad**

Zupa ziemniaczana z woszczyną i zieloną pietruszką,

Risotto z mięsem wieprzowym, jarzynami i sosem z pomidorów i ziół

Kompot owocowy,

#### **Podwieczorek**

Brzoskwinia

### Wtorek 12 września 2023 r.

#### **Śniadanie**

Herbata owocowa

Płatki kukurydziane z mlekiem

Bułeczka z kruszonką i masłem,

#### **Drugie śniadanie**

Jabłko

#### **Obiad**

Zupa ze świeżego kalafiora z makaronem, marchewką, pietruszką, porem, selerem i zieleniną


Kotleciki mielone z kurczaka (wypiekany w piecu), ziemniaki z koperkiem,

Fasolka szparagowa gotowana na parze

Kompot owocowy

#### **Podwieczorek**

DESER – Shake truskawkowo jogurtowy



## JADŁOSPIS

od 11 września 2023 r. do 15 września 2023 r.

### Środa 13 września 2023 r.

#### **Śniadanie**

Herbata z cytryną

Kawa z mlekiem

**Samodzielne kanapeczki** - Chleb wieloziarnisty z masłem + listki rukoli, żółta papryka, rzodkiewka (do wyboru)

#### **Drugie śniadanie**

Ananas

#### **Obiad**

Kapuśniaczek ze słodkiej kapusty z mięsem z szynki, ziemniakami i koperkiem,

Racuszki z jabłkami i brzoskwinia

Kompot owocowy

#### **Podwieczorek**

Sok owocowy – świeżo wyciskany

### Czwartek 14 września 2023 r.

#### **Śniadanie**

Herbata z cytryną

Kakao

Chleb starowiejski z masłem, żółtym serem i pomidorem malinowym

#### **Drugie śniadanie**

Melon

#### **Obiad**

Zupa pomidorowa z ryżem, włoszczyzną i zieloną pietruszką,

Kiełbaski rumuńskie z papryką, ziemniaki ze szczypiorkiem

Selerowa surówka z ananasem, jogurtem naturalnym i prażonymi płatkami migdałowymi

Kompot owocowy

#### **Podwieczorek**

Gruszka



## **JADŁOSPIS**

**od 11 września 2023 r. do 15 września 2023 r.**

### **Piątek 15 września 2023 r.**

#### **Śniadanie**

Herbata owocowa

Kawa z mlekiem

Kajzerka z masłem, filetem z makreli w sosie pomidorowym i kiszonym ogórkiem,

#### **Drugie śniadanie**

Owocowy talerzyk – śliwka, banan, kiwi

#### **Obiad**

Krupnik jęczmienny z ziemniakami, mięsem z kurczaka, włoską kapustą, marchewka, pietruszka, porem, selerem i zieleniną

Pierogi ruskie + tarta marchewka z jabłkiem,

Kompot owocowy

#### **Podwieczorek**

Owocowe chrupsy

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

