

JADŁOSPIS

od 2 października 2023 r. do 6 października 2023 r.

Poniedziałek 2 października 2023 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną i miodem,

Kawa z mlekiem

Chleb ziarnisty z masłem, wędliną z fileta z indyka, pomidorem malinowym i szczypiorkiem,

Drugie śniadanie

Banan

Obiad

Zupa jarzynowa z ziemniakami, brokułem, kalafiorem, zielonym groszkiem, fasolką szparagowa, włoszczyzną i zieleniną

Makaron z sosem mięsno warzywnym z cukinią i kolorową papryką,

Kompot owocowy,

Podwieczorek

DESER – Gumisiowy sok – koktajl z jogurtu i jagód leśnych

Wtorek 3 października 2023 r.

Śniadanie

Herbata owocowa

Mleko

Kajzerka z masłem i dżemem wiśniowym *(100% owocowy, bez dodatku cukru i substancji słodzących)*

Drugie śniadanie

Melon żółty

Obiad

Zupka ogórkowa z ryżem, marchewką, pietruszką, porem, selerem i koperkiem,

Kotleciki mielone wieprzowe (wypiekane w piecu), ziemniaki z koperkiem,

Selerowa surówka – ze świeżego selera, marchewki, jabłek z sosem jogurtowym,

Kompot owocowy

Podwieczorek

Gruszka



JADŁOSPIS

od 2 października 2023 r. do 6 października 2023 r.

Środa 4 października 2023 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną

Kawa z mlekiem

Samodzielne kanapeczki - Chleb ziarnisty z masłem + polędwica wieprzowa, listki rukoli, plaster pomidora i czerwona papryka (do wyboru)

Drugie śniadanie

Plaster arbuza

Obiad

Kapuśniaczek ze słodkiej kapusty z włoszczyzną i mięsem drobiowym,

Szpinakowe naleśniki z białym serem (na słodko)

Kompot owocowy

Podwieczorek

Banan

Czwartek 5 października 2023 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną

Kakao

Bułka kielecka z masłem, gotowanym jajkiem i szczypiorkiem,

Drugie śniadanie

Kiwi

Obiad

Rosół z kurczaka i kaczki z makaronem, włoszczyzną i liściem lubczyku


Filet z kurczaka pieczony w ziołach, ziemniaki z koperkiem,

Mizeria ze szczypiorkiem i sosem śmietanowym,

Kompot owocowy

Podwieczorek

DESER – kisiel z truskawek + jabłko



JADŁOSPIS

od 2 października 2023 r. do 6 października 2023 r.

Piątek 6 października 2023 r.

Śniadanie

Herbata limonka

Mleko

Chleb wiejski z masłem, twarogiem jogurtowo – koperkowym i rzodkiewką,

Drugie śniadanie

Gruszka

Obiad

Zupa z czerwonych owoców z groszkiem ptysiowym

Paluszki z dorsza (wypiekane w piecu, własnej roboty), ziemniaki z koperkiem

Surówka z kiszanej kapusty z jabłkiem, marchewką, czerwoną cebulką i szczypiorkiem,

Kompot owocowy

Podwieczorek

Drożdżowa bułeczka z brzoskwinia,

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

