

## Jadłospis

Od 9 października 2023 r. do 13 października 2023 r.

### Poniedziałek 9 października 2023 r.

Kwaśnica z pieczoną polędwicą, ziemniakami, marchewką, pietruszką, cebulą, czosnkiem i zieleniną

Płatki jaglano – ryżowe z prażonymi jabłkami z cynamonem + *mięta, borówki amerykańskie, arbuz i świeża figa*

Herbata z cytryną i imbirem

### Wtorek 10 października 2023 r.

Zupa brokułowa (na indyku) z makaronem muszelki, włoszczyzną, zielenią, zabieleną śmietaną

Kotlety z fileta drobiowego (panierowane i pieczone w piecu), ziemniaki z koperkiem

**Salatka Caprese** - z sałaty lodowej, rukoli, świeżej bazylii, pomidorów malinowych, sera mozzarella (kulka w zalewie) z sosem ziołowo – cytrynowym,

Kompot z gruszek i śliwek

### Środa 11 października 2023 r.

Francuska zupa cebulowa z włoszczyzną + tost ziołowy (z bagietki)

Pierogi ruskie

Kakao / Herbata z limonką i mięta

**DESER** - budyń malinowo – czekoladowy z musem z malin i truskawek

### Czwartek 12 października 2023 r.

Zupa ziemniaczana z marchewką, pietruszką, selerem naciowym i majerankiem,

Gołąbki z mięsem wieprzowym, ryżem, kaszą gryczaną, cebulą, czosnkiem i sosem z pomidorów *(do wyboru – zawijane w liść kapusty lub bez zawijania)*

Herbata z limonką i mięta

**Mus owocowy** (własnej roboty) – z soku z pomarańczy, marchewki, dyni i jabłek

### Piątek 13 października 2023 r.

Zupa ogórkowa z ziemniakami, marchewką, pietruszką, porem i szczypiorkiem,

Kolorowe naleśniki (żółte i różowe) z białym serem + *mus jogurtowo – borówkowy, brzoskwinia, kolorowe winogrono, banany z wiórkami gorzkiej czekolady (do wyboru)*

Herbata z cytryną

Kawa Inka z mlekiem,

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