

Jadłospis

Od 16 października 2023 r. do 20 października 2023 r.

Poniedziałek 16 października 2023 r.

Zupa pomidorowa z makaronem, marchewką, pietruszką i szczypiorkiem,

Kotleciki jajeczne ze szczypiorkiem, ziemniaki z koperkiem

Mizeria ze szczypiorkiem, rzodkiewką, czerwona cebulka i sosem jogurtowo – śmietankowym,

Herbata z sokiem z malin

DESER – mini serniczki na kruchym spodzie z owocami

Wtorek 17 października 2023 r.

Zupa kalafiorowa z włoszczyzną, zielenią, zabiłona śmietaną

Gulasz z szynki z pieczoną papryką, czosnkiem i cebulką, kaszotto – z kaszy gryczanej, jęczmiennej i pęczaku,

Dodatki do obiadu - buraczki na ciepło / kiszony ogórek / kukurydza (do wyboru)

Kompot z jabłek, śliwek i wiśni

Środa 18 października 2023 r.

Barszcz ukraiński z czerwoną fasolką, włoszczyzną, zielonym groszkiem i koperkiem + pieczywo pełnoziarniste

Łazanki z kiszonej i słodkiej kapusty z mięsem wieprzowym i mięsem z kaczki

Herbata z limonką i miętą

DESER - malinowa chmurka z prażonymi migdałami, greckim jogurtem i beza,

Czwartek 19 października 2023 r.

Czosnkowa zupa ziemniaczana z marchewką, pietruszką, selerem naciowym i majerankiem,

Szaszłyki z filetów drobiowych, kolorowej papryki, cukinii, czerwonej cebulki, pieczarek, ryż z kurkumą

Surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem, marchewką, czerwoną cebulką, szczypiorkiem, orzechami i sosem z oleju, cytryny i ziół

Kompot z wiśni

Piątek 20 października 2023 r.

Zupa z kaszą pęczka, zieloną i żółtą fasolką, marchewką, pietruszką, porem, selerem, cebulką i zieleniną

Ryba pieczona w sosie czosnkowym z kurkumą i koprem, ziemniaki ze szczypiorkiem,

Salatka cheddar – z rukoli, sałaty lodowej, gruszki, żurawiny, orzechów włoskich i sera cheddar z sosem musztardowym,

Owocowa przekąska – jabłko, gruszka, banan, pomarańcza

Herbata z cytryną i imbirem

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