

Jadłospis

Od 13 listopada 2023 r. do 17 listopada 2023 r.

Poniedziałek 13 listopada 2023 r.

Zupa gulaszowa z ziemniakami, kolorową papryką, kiszonymi ogórkami, marchewką, pietruszką, cebulą, czosnkiem, majerankiem i zieleniną + pieczywo i smarowidło (z suszonymi pomidorami, czarnymi oliwkami, czosnkiem i świeżą bazylią),

Pieczona jaglanka z dodatkiem ryżu z jabłkami, śliwkami, żurawiną + mus brzoskwiniowy z mango i jogurt grecki z wanilią

Herbata z cytryną i imbirem

Wtorek 14 listopada 2023 r.

Zupa ze świeżego brokuła z marchewką, pietruszką, selerem i zieleniną,

Pieczeń rzymska z sosem z suszonych śliwek, ziemniaki z koperkiem

„Czerwona surówka” – z czerwonej kapusty, czerwonej cebulki, czerwonej papryki z jabłkiem, marchewką i szczypiorkiem + dresing jogurtowo – musztardowy

Sok świeżo wyciskany – z jabłek, pomarańczy, marchewki

Środa 15 listopada 2023 r.

Zupa pieczarkowa z makaronem, włoszczyzną, tymiankiem i zieleniną,

Placki ziemniaczane – warzywne z twarogiem z rzodkiewką i szczypiorkiem lub jogurtem greckim

Owoce – banan, arbuz, gruszka

Herbata z limonką

Czwartek 16 listopada 2023 r.

Zupa z kaszą manna, marchewką, pietruszką, selerem naciowym i majerankiem,

Kotlet a fileta drobiowego, panierowany (wypiekany w piecu), ziemniaki z koperkiem

Mizeria ze szczypiorkiem, rzodkiewką i sosem jogurtowo – śmietanowym

Herbata z miodem,

Piątek 17 listopada 2023 r.

Zupa ogórkowa z ryżem, marchewką, pietruszką i koperkiem,

Ryba po grecku z włoszczyzną, cebulą i pomidorami, ziemniaki z koperkiem,

Zielona sałatka z kukurydzą, prażonym słonecznikiem i sosem winegret,

Herbata z miętą

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