

JADŁOSPIS 1.03.2019 – 29.03.2019

UWAGA! Propozycje obiadów mogą ulec zmianie z przyczyn niezależnych od szkoły

piątek 1.03.2019

zupa ogórkowa -300ml

pierogi z serem i jogurtem naturalnym-270g, papryka świeża-50g,

woda z miętą i cytryną-200ml, gruszka-150g.

A, D, L, I,

poniedziałek 4.03.2019

zupa jarzynowa-300ml

gulasz-100g, brokuły z masłem i tartą bułką-120g, kasza perłowa-150g,

kompot-200ml, banan-150g

D, I, L

wtorek 5.03.2019

zupa fasolowa -300ml

filet z indyka panierowany-100g, ziemniaki-170g, surówka z marchwi i jabłka-80g,

woda z miodem i cytryną-200ml, mandarynka-100g.

A, D, I, L

środa 6.03.2019

żurek z ziemniakami i jajem-300ml

łazanki z kapustą i pieczarkami-250g, rzodkiewki-50g,

woda z miętą-200ml, jabłko-150g.

A, D, I, L

czwartek 7.03.2019

pomidorowa z ryżem -300ml

schab pieczony z sosem własnym-100g, ziemniaki-170g, buraczki-120g, 120g,

sok jabłkowy-150ml, pomarańcza-150g,

I, L

piątek 8.03.2019

zupa zacierkowa-300ml

filet z miruny pieczony-120g, ziemniaki-170g, surówka z kwaszonej kapusty-100g,

woda z miodem i cytryną-200ml, banan-150g

I, L, H

poniedziałek 11.03.2019

zupa krem marchwiowo-dyniowa -300ml

klopsik z sosem własnym-150g, kasza gryczana-150g, sałata lodowa z vinegretem-65g,

kompot-200ml, gruszka-150g.

A, D, I, L

wtorek 12.03.2019

grochówka-300ml

udko pieczone-150g, ziemniaki-170g, surówka z kapusty pekińskiej -120g,
lemoniada -200ml, mandarynka-100g.

I, L

środa 13.03.2019

zupa szczawiowo-szpinakowa-300ml

kapusta włoska faszerowana z sosem pomidorowym-170g, ziemniaki-170g, papryka świeża-50g,
kompot-200ml, jabłko-150g.

A, D, I, L

czwartek 14.03.2019

krupnik-300ml

de volaille-100g, mizeria z koperkiem-100g, ziemniaki-170g,
kompot-200ml, pomarańcza-150g.

A, D, I, L

piątek 15.03.2019

zupa pomidorowa z makaronem-300ml

kotlet z jaj-100g, ziemniaki-170g, marchewka duszona-100g,
sok jabłkowy-200ml, banan-150g.

A, D, I, L

poniedziałek 18.03.2019

zupa z czerwonej soczewicy-300ml

boeuf Strogonow-110g, kluski śląskie-250g, kalafior z masłem-120g,
kompot-200ml, kiwi-100g.

A, I, L

wtorek 19.03.2019

zupa ogórkowa-300ml.

kotlet z serem, ananasem i żurawiną-130g, surówka z selera i jabłek-80g, ziemniaki-170g,
woda z miętą i miodem-200ml, jabłko-150g.

A, D, I, L

środa 20.03.2019

barszcz czerwony-300ml

leczo-200g, ryż brązowy -180g, sałata zielona z jogurtem-65g,

woda z miodem i cytryną-200ml, mandarynka-100g.

D, I, L

czwartek 21.03.2019

manna na wywarze mięsno-jarzynowym-300ml

befszyk wiejski z cebulą-100g, ziemniaki-180g, surówka z kwaszonego ogórka i papryki-100g,

kompot -200ml, banan-150g.

A, I, L

piątek 22.03.2019

kapuśniak-300ml

kluski leniwe z masłem i tartą bułką-260g, surówka z marchwi i jabłka-80g,

woda z miętą i cytryną-200ml, gruszka-150g.

A, I, L

poniedziałek 25.03.2019

zupa ziemniaczana-300ml

filet z indyka w sosie koperkowym-130g, kasza bulgur-150g, bukiet warzyw-120g,

kompot-200ml, jabłko-150g.

D, I, L

wtorek 26.03.2019

zupa brokułowa-300ml

lazania z ketchupem-250g, surówka z rzodkwi, rzodkiewki i szczypioru-90g,

sok jabłkowy -200ml, mandarynka-100g.

D, I, L

środa 27.03.2019

zupa zacierkowa-300ml

kotlet z piersi indyka -100g, ziemniaki-170g, surówka wielowarzywna-110g,

woda z miodem i cytryną-200ml, banan-150g

A, D, E, I, L

czwartek 28.03.2019

zupa koperkowa-300ml

roladki drobiowe-100g, kasza jaglana-160g, surówka z kalarepy, buraczka i rzodkiewki-110g,

kompot-200ml, pomarańcza-150g

D, I, L

piątek 29-03-2019

barszcz ukraiński-300ml

ryba po grecku-170g, ziemniaki-180g, papryka świeża-50g,

sok owocowo-warzywny-200ml, gruszka-150g.

D, H, I, L