

JADŁOSPIS 1.10.2018 – 31.10.2018

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

poniedziałek 1.10.2018

Zupa grochowa -250ml

Makaron z serem białym, jogurtem i truskawkami-380g, kompot-200ml, banan-150g.

Wtorek 2.10.2018

Krupnik z kaszy perłowej-300ml

Filet z kurczaka panierowany -100g, surówka z selera, jabłek i rodzynek-80g,
ziemniaki-180g, woda z miętą, cytryną i miodem -200ml, gruszka-150g.

środa 3.10.2018

zupa ogórkowa-300ml

filet z indyka w sosie koperkowym-130g, ryż brązowy-150g, sałatka z pomidorów, cebuli
i papryki -120g, sok jabłkowy-200ml, mandarynka -100g.

czwartek 4.10.2018

Zupa pomidorowa z makaronem-300ml

Kotlet mielony-115g, ziemniaki-180g, brokuły z masłem i tartą bułką-125g, kompot-200ml,
jabłko-150g

piątek 5.10.2018

zupa zacierkowa -300ml

ryba po grecku - 170g, ziemniaki-180g, marchewki do chrupania -50g, woda z miodem
i cytryną-200ml, winogrona -100g

poniedziałek 8.10.2018

zupa kalafiorowa-300ml

spaghetti z sosem bolońskim-360g, surówka ze świeżego ogórka, rzodkiewki i szczypioru-90g
kompot-200ml, pomarańcza-150g

wtorek 9.10.2018

Zupa fasolowa-300ml

Udko pieczone- 120g, ziemniaki-170g, sałata zielona z jogurtem-65g, sok pomarańczowy-200ml,
banan-150g

środa 10.10.2018

barszcz czerwony z ziemniakami-300ml

kapusta włoska faszerowana w sosie pomidorowym-170g, papryka do chrupania-50g ziemniaki-180g,
sok wielowocowy-200ml, jabłko-150g,

czwartek 11.10.2018

zupa z dyni z zacierką-300ml, chleb-10g

kotlet schabowy-100g, ziemniaki-180g, mizeria z koperkiem i jogurtem-110g, kompot-200ml, śliwki -150g.

piątek 12.10.2018

kapuśniak-300ml

pierogi z serem i jogurtem-300g, rzodkiewki 50g, kompot-200ml, mandarynka-100g

poniedziałek 15.10.2018

zupa jarzynowa -300ml

boeuf strogonow-110g, kluski śląskie-250g, surówka z kalarepy, szczypioru i jabłek-100g,

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

wtorek 16.10.2018

Zupa pomidorowa z ryżem-300ml

Pieczeń rzymska-100g, ziemniaki-180g, bukiet warzyw-110g, kompot-200ml, gruszka-150g.

środa 17.10.2018

Zupa z ciecierzycy -300ml

Lazania z ketchupem-280g, sałata zielona ze szczypiozem i jogurtem-65g sok jabłkowy -200ml, mandarynka -100g

Czwartek 18.10.2018

zupa koperkowa-300ml

schab pieczony z sosem własnym-130g, ziemniaki-180g, surówka z ogórka i rzodkiewki-90g

kompot-200ml, śliwki-150g.

piątek 20.10.2018

zupa pieczarkowa z makaronem-300ml

kotlet mielony rybny-120g, ziemniaki-180g, surówka wielowarzywna-115g, kompot-200ml, jabłka-150g.

poniedziałek 22.10.2018

zupa grochowa-300ml

klopsik w sosie własnym-140g, makaron penne-180g, surówka z buraków-110g,

kompot-200ml, banan-150g.

wtorek 23.10.2018

rosół z makaronem-300ml

udko duszone-150g, ziemniaki-180g, surówka z kapusty pekińskiej-130g

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

środa 24.10.2018

zupa szczawiowo-szpinakowa-300ml

kotlet z piersi indyka-100g, ziemniaki-180g, surówka z marchwi i jabłka -80g, kompot-200ml,
mandarynka -100g

czwartek 25.10.2018

kapuśniak-300ml

Kluski leniwe z masłem i tartą bułką-270g, surówka owocowa-100g, kompot-200ml,

Ciasteczka śniadaniowe z żurawiną bez cukru-50g

piątek 26.10.2018

zupa krem marchwiowo-dyniowa-300ml

filet z miruny panierowany-170g, ziemniaki-180g, surówka z kwaszonej kapusty-120g,
kompot-200ml, kiwi-100g.

poniedziałek 29.10.2018

barszcz ukraiński-300ml

gulasz-100g, kasza perlowa-180g, surówka z papryki, ogórka kwaszonego i cebuli-125g

kompot-200ml, banan-150g

wtorek 30.10.2018

zupa kalafiorowa-300ml

befszyk wiejski z cebulą-110g, ziemniaki-180g, buraczki-120g, kompot-200ml, jabłko-150g.

Środa 31.10.2018

Zupa ogórkowa z ryżem-300ml

Kotlet de volaille-100g, ziemniaki-170g, marchew z groszkiem-100g, kompot-200ml

Gruszka-150g