

## JADŁOSPIS 1.10.2019 – 31.10.2019

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

### **Wtorek, 1.10.2019**

Zupa grochowa -250ml

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

### **Środa, 2.10.2019**

Krupnik z kaszy perłowej-300ml

Filet z kurczaka panierowany -100g, surówka z selera, jabłek i rodzynek-80g,

ziemniaki-180g, woda z miętą i miodem -200ml, gruszka-150g.

### **czwartek, 3.10.2019**

Zupa pomidorowa z makaronem-300ml

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

jabłko-150g

### **piątek, 4.10.2019**

zupa zacierkowa -300ml

ryba po grecku - 170g, ziemniaki-180g, marchewki do chrupania -50g, lemoniada-200ml

winogrona -100g

### **poniedziałek, 7.10.2019**

zupa kalafiorowa-300ml

spaghetti z sosem bolońskim-360g, surówka ze świeżego ogórka, rzodkiewki i szczypioru-90g

kompot -200ml, pomarańcza-150g

### **wtorek, 8.10.2019**

Zupa fasolowa-300ml

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

banan-150g

### **Środa, 9.10.2019**

barszcz czerwony z ziemniakami-300ml

kapusta włoska faszerowana w sosie pomidorowym-170g, papryka do chrupania-50g ziemniaki-180g,

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

### **czwartek 10.10.2019**

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

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

śliwki -150g.

**piątek, 11.10.2019**

kapuśniak-300ml

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

**poniedziałek, 14.10.2019**

zupa jarzynowa -300ml

boeuf strogonow-110g, kasza gryczana-180g, surówka z kalarepy, szczypioru i jabłek-100g, kompot 200ml, banan-150g

**wtorek, 15.10.2019**

Zupa pomidorowa z ryżem-300ml

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

**Środa, 16.10.2019**

Zupa z ciecierzycy -300ml

Lazania z ketchupem-280g, sałata lodowa z winogretem-65g, kompot-200ml,

mandarynka -100g

**Czwartek, 17.10.2019**

zupa koperkowa-300ml

schab pieczony z sosem własnym-130g, ziemniaki-180g, buraczki-100g, lemoniada-200ml, śliwki-150g.

**piątek, 18.10.2019**

zupa pieczarkowa z makaronem-300ml

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

**poniedziałek, 21.10.2019**

zupa grochowa-300ml

klopsik w sosie własnym-140g, makaron penne-180g, brokuły z masłem-110g,

kompot-200ml, banan-150g.

**wtorek, 22.10.2019**

rosół z makaronem-300ml

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

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

**środa, 23.10.2019**

zupa szczawiowo-szpinakowa-300ml

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

**czwartek, 24.10.2019**

kapuśniak-300ml

Kluski leniwe z masłem i tartą bułką-270g, surówka owocowa-100g, woda z miętą -200ml,  
Ciasteczka śniadaniowe z żurawiną bez cukru-50g

**Piątek, 25.10.2019**

zupa krem marchwiowo-dyniowy-300ml

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

**poniedziałek, 28.10.2019**

kalafiorowa-300ml

gulasz-100g, kasza perłowa-180g, surówka z papryki, ogórka kwaszonego i cebuli-125g  
woda z miodem i cytryną-200ml, banan-150g

**wtorek, 29.10.2019**

barszcz ukraiński-300ml

befszyk wiejski z cebulą-110g, ziemniaki-180g, surówka z buraków-100g, kompot-200ml,  
jabłko-150g.

**Środa, 30.10.2019**

Zupa ogórkowa z ryżem-300ml

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

Gruszka-150g

**Czwartek, 31.10.2019**

Grochówka-300ml

Filet z indyka w sosie koperkowym-100g, sałatka z pomidorów, papryki i cebuli-100g

Ryż brązowy, woda z miętą i cytryną-200ml, mandarynka-100g