

JADŁOSPIS 4.11.2019-29.11.2019

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

poniedziałek 4.11.2019

Zupa kalafiorowa -300ml

Makaron z serem, jogurtem i polewą truskawkową -380g, sok jabłkowy-200ml, banan-150g L, D, I,

wtorek 5.11.2019

zupa zacierkowa-300ml

kotlet z piersi indyka-100g, brokuły z wody, ziemniaki-170g, woda z miętą i cytryną -200ml,

jabłko-150g A, D, I, L

środa 6.11.2019

barszcz czerwony z ziemniakami -300ml

kapusta włoska faszerowana z sosem pomidorowym-300g, ziemniaki-170g, papryka do chrupania-50g,

kompot-200ml, gruszka-150g.A, D, I, L

czwartek 7.11.2019

grochówka-300ml

schab duszony z sosem własnym-130g, ziemniaki-170g, surówka z marchwi, pora i kukurydzy -100g,

sok pomarańczowy-200ml, kiwi-100g.E, I, L

piątek 8.11.2019

pomidorowa z ryżem -300ml

kotlet mielony rybny-100g, ziemniaki-170g, surówka z kwaszonej kapusty-120g,

woda z miodem i cytryną-200ml, mandarynka- 100g A, D, H, I, L

wtorek 12.11.2019

zupa jarzynowa-300ml

spaghetti z sosem bolońskim-300g surówka z rzodkwi, rzodkiewki i szczypioru-90g, kompot-200 ml,

banan-150g D, I, L,

środa 13.11.2019

zupa ogórkowa-300ml

leczo-170g, ryż-170g, sałata zielona z jogurtem-65g, napój z miętą i pomarańczą-200ml, jabłko-150g. D, I, L

czwartek 14.11.2019

zupa z czerwonej soczewicy-300ml

kotlet drobiowy-100g, ziemniaki-170g, sałatka z pomidorów, papryki i cebuli-120g, kompot-200ml,

gruszka-150g.D, A, I, L

piątek 15.11.2019

żurek z ziemniakami-300ml

kluski leniwe z masłem i tartą bułką-270g, surówka z marchwi i jabłka-80g,

woda z cytryną, pomarańczą i melisą-200ml, mandarynka-100g.A, D, I, L

poniedziałek 18.11.2019

zupa ziemniaczana-300ml

klopsik w sosie własnym-160g, kasza perłowa-170g, surówka z kwaszonego ogórka-110g,

kompot-200ml, jabłko-150g A, D, I, L

wtorek 19.11.2019

Manna na wywarze mięsno-jarzynowym-300ml

Udko pieczone-150g, mizeria z koperkiem-110g ziemniaki-170g, kompot-200ml, pomarańcza-150g

D, I, L

środa 20.11.2019

pomidorowa z makaronem-300ml.

Szynka pieczona z sosem-100g, ziemniaki-170g, surówka z czerwonej kapusty-120g, kompot-200ml,

kiwi 100g.D, I, L, E

czwartek 21.11.2019

zupa z dyni-300ml

lazania z ketchupem-300g, sałata ze szczypiorem i jogurtem-65g, kompot-200ml D, I, L, gruszka-150g

piątek 23.11.2019

barszcz ukraiński-300ml

Ryba po grecku-170g , ziemniaki-180g, kalarepka -50g, woda z miodem i cytryną -200ml, D, H, L, I

mandarynka-100g.

Poniedziałek 25.11.2019

Zupa szczawiowo-szpinakowa-300ml

Gulasz-100g, kasza bulgur-170g, surówka z kapusty pekińskiej-120g, kompot-200ml , Szaron-100g.

D, I, L

Wtorek 26.11.2019

Krupnik z kaszy jaglanej-300ml

Kotlet schabowy-100g, ziemniaki-170g, buraczki-120g, woda z miętą-200ml, jabłko-150g.A, D, I, L

Środa 27.11.2019

Zupa fasolowa-300ml

Pierogi z serem, jogurtem i malinami-270g, woda z miętą i cytryną-200mk, banan-150g A, D, I, L

Czwartek 28.11.2019

Zupa krem z cukini -300ml

Kotlet pożarski-100g, ziemniaki-170g, marchewka duszona-100g, kompot-200ml, gruszka-150g A, D, I, L

piątek 29.11.2019

zupa neapolitańska-300ml

filet z miruny pieczony w jarzynach-110g, ziemniaki-180g, surówka z kwaszonej kapusty-120g

woda z miodem i cytryną -200ml, mandarynka-100g D, H, I, L