

## **JADŁOSPIS 2.01.2019– 25.01.2019**

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

### **środa 2.01.2019**

żurek z ziemniakami i jajem -300ml

ryż zapiekany z jabłkami i jogurtem-340g, kompot-200ml, banan-150g

### **czwartek 3.01.2019**

zupa pomidorowa z makaronem-300ml

klopsik z sosem własnym-160g, ziemniaki-180g, brokuły z masłem i tartą bułką-110, woda z miodem i cytryną-200ml, mandarynka-100g.

### **piątek 4.01.2019**

krupnik z kaszy jaglanej-300ml

filet z miruny panierowany-100g, ziemniaki-180g, surówka z kwaszonej kapusty-120g, kompot-200ml, jabłko-150g

### **poniedziałek 7.01.2019**

barszcz czerwony-300ml

spaghetti z sosem bolońskim-360g, sałata lodowa z winogretem-65g, sok owocowo-warzywny-200ml, gruszka-150g

### **wtorek 8.01.2019**

zupa jarzynowa -300ml

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

### **środa 9.01.2019**

zupa z zacierką-300ml

schab pieczony z sosem własnym-130g, buraczki-120g, ziemniaki-180g, woda z miętą, miodem i cytryną-200ml, jabłko-150g.

### **czwartek 10.01.2019**

zupa fasolowa-300ml

filet z indyka w potrawce-110g, ryż brązowy-150g, surówka z czerwonej kapusty-120g, kompot-200ml, mandarynka-150g.

**piątek 11.01.2019**

kapuśniak -300ml

pierogi z serem i jogurtem-250g, marchewki do chrupania-50g, sok pomarańczowy-200ml, banan-150g

**poniedziałek 14.01.2019**

zupa ziemniaczana-300ml

boeuf strogonow-110g, kluski śląskie-250g, surówka wielowarzywna-115g, kompot-200ml, gruszka-150

**wtorek 15.01.2019**

Zupa pomidorowa z ryżem -300ml

Udko pieczone-150g, surówka z kapusty pekińskiej i papryki-120g, ziemniaki-180g, woda z miętą, cytryną i miodem-200ml, pomarańcza-150g

**środa 16.01.2019**

barszcz ukraiński-300ml

kotlet z jaj-115g, marchewka duszona-100g, ziemniaki-180g, sok jabłkowy-200ml, szaron-150g

**czwartek 17.01.2019**

zupa z dyni z zacierką-300ml

kapusta włoska faszerowana z sosem pomidorowym-200g, ziemniaki-170g, kalarepka do chrupania-50g, woda z miodem i pomarańczą-200ml, jabłko-150g

**piątek 18.01.2019**

zupa pieczarkowa z makaronem-300ml

ryba po grecku-170g, ziemniaki-180g, sok owocowo-warzywny-200ml, mandarynka-100g.

**poniedziałek 21.01.2019**

zupa ogórkowa-300ml

makaron z serem, jogurtem i truskawkami-350g, kompot-200ml, banan-150g.

**wtorek 22.01.2019**

zupa neapolitańska z makaronem-300ml

kotlet mielony-110g, ziemniaki-170g, surówka z buraków-125g, woda z miodem i cytryną-200ml,  
jabłko-150g

**Środa 23.01.2019**

Zupa szczawiowo-szpinakowa-300ml

Gulasz-100g, kasza gryczana-180, surówka z marchwi, pora i kukurydzy-120g, kompot-200ml,  
Mandarynka-100g

**Czwartek 24.01.2019**

Manna na wywarze mięsno-jarzynowym-300ml

Kotlet schabowy-100g, ziemniaki-170g, kapusta biała zasmażana-120g, sok jabłkowy-200ml,  
Gruszka-150g

**Piątek 25.01.2019**

Zupa kalafiorowa-300ml

Filet z miruny pieczony w jarzynach-110g, ziemniaki-170g, sałata zielona ze szczypiorem  
i jogurtem-65g, woda z miętą i cytryną-200ml, kiwi-100g