

JADŁOSPIS 4.01.2021– 29.01.2021

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

poniedziałek 4.01.2021

zupa z czerwonej soczewicy -300ml

spaghetti z sosem bolońskim-360g, surówka z sałaty lodowej i szczypioru-70g, kompot-200ml, jabłko-150g

D I L

wtorek 5.01.2021

zupa jarzynowa-300ml

kotlet z piersi indyka-100g, ziemniaki-180g, marchewka duszona-100g, woda z miodem i cytryną-200ml, kiwi-100g.

A D I L

czwartek 7.01.2021

zupa zacierkowa-300ml

schab pieczony z sosem własnym-80g, kasza perłowa -180g, brokuły z masłem-100g, sok jabłkowy-200ml, banan-150g.

A D I L

piątek 8.01.2021

krupnik ryżowy-300ml

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

A D I L H

poniedziałek 11.01.2021

zupa grochowa-300ml

filet z indyka w potrawce-100g, kasza jaglana-180g, surówka z czerwonej kapusty-100g, kompot-200ml, mandarynka-100g

D I L

wtorek 12.01.2021

barszcz czerwony-300ml

kotlet z jaj-100g, ziemniaki-180g, surówka z marchwi i jabłka-100g, woda z miętą, miodem i cytryną-200ml, kaki-150g

A D I L

środa 13.01.2021

zupa z dyni z zacierką-300ml

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

A D I L

czwartek 14.01.2021

zupa pomidorowa z makaronem-300ml

kotlet mielony-100g, ziemniaki-170g, buraczki-100g, sok pomarańczowy-200ml, jabłko-150g

A D I L

piątek 15.01.2021

zupa ogórkowa-300ml

makaron z serem białym, truskawkami i jogurtem-350g, kompot-200ml, ciastka zbożowe-50g

D I L

poniedziałek 18.01.2021

Zupa szczawiowo-szpinakowa -300ml

Gulasz-100g, kasza gryczana-170g, surówka z marchwi, pora i kukurydzy-100g, woda z miętą, cytryną i miodem-200ml, mandarynka-100g

D I L

wtorek 19.01.2021

zupa pomidorowa z ryżem-300ml

udko pieczone-150g, ziemniaki-180g, surówka z kapusty pekińskiej-100g, kompot-200ml, pomarańcza-150g

D I L

środa 20.01.2021

zupa kalafiorowa-300ml

kotlet z piersi kurczaka-100g, ziemniaki-170g, fasolka szparagowa-100g, woda z cytryną i pomarańczą-200ml, gruszka-150g

A D I L

czwartek 21.01.2021

krupnik-300ml

klopsik z sosem własnym-100g, ziemniaki-170g, bukiet warzyw-100g, sok pomarańczowy-200 ml, jabłko-150g.

A D I L

piątek 22.01.2021

zupa fasolowa-300ml

ryba pieczona-110g, ziemniaki-170g, surówka z kwaszonej kapusty-100g, kompot-200ml, banan-150g.

H I L

poniedziałek 25.01.2021

żurek z ziemniakami-300ml

strogonow-100g, kluski śląskie-200g, sałata lodowa z winegretem-60g, kompot-200ml, mandarynka-100g

A D I L

wtorek 26.01.2021

Zupa pomidorowa z makaronem-300ml

Szynka pieczona-80g, buraczki-100g, ziemniaki-170g, woda z miętą-200ml, kiwi-100g

A D I L

środa 27.01.2021

zupa z cieciorke-300ml

lazania z ketchupem, surówka z sałaty, ogórka i szczypioru-80g, kompot-200ml, jablko-150g

D I L

czwartek 28.01.2021

Zupa jarzynowa-300ml

Filet z indyka w sosie koperkowym-100g, kasza bulgur-170g, surówka z kalarepki-100g,

Woda z cytryną i melisą-200ml, gruszka

D I L

Piątek 29.01.2021

Kapuśniak-300ml

Pierogi z serem i jogurtem naturalnym-250g, kompot-200ml, banan-150g, ciastka zbożowe-50g

A D I L