

## **JADŁOSPIS 1.09.2021– 30.09.2021**

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

### **Środa 1.09.2021**

Zupa krem z brokuł -300ml

gulasz-100g, makaron-180g, surówka z kalarepki, rzodkiewki i szczypioru-100g kompot-200ml,  
jabłko-150g D,I,L

### **czwartek 2.09.2021**

Ryżanka z koperkiem-300ml

Placek po węgiersku-200g, surówka z białej kapusty-80g, woda z cytryną i melisą-200ml,  
gruszka-150g A,D,I,L

### **piątek 3.09.2021**

zupa jarzynowa-300ml

naleśniki z serem i naturalnym jogurtem-270g, sałatka owocowa-100g, kompot, ciastka zbożowe.  
A,D,I,L

### **poniedziałek 6.09.2021**

zupa kalafiorowa-300ml

spaghetti z sosem bolońskim-270g, sałata ze szczypiorem i jogurtem-65g, kompot-200ml,  
jabłko-150g D,I,L

### **wtorek 7.09.2021**

zupa ogórkowa -300ml

filet z indyka panierowany-100g, surówka z marchwi i jabłka-100g, ziemniaki-170g, woda z miodem i  
cytryną-200ml, gruszka-150g A,D,I,L

### **środa 8.09.2021**

zupa pomidorowa z makaronem-300ml

udko pieczone-130g, ziemniaki-170g, fasolka szparagowa z masłem-100g, woda z mięta-200ml,  
śliwki 150g. D,I,L

### **czwartek 9.09.2021**

szczawiowo-szpinakowa -300ml

leczo z mięsem z piersi kurczaka-120g, ryż brązowy-170g, kalarepka do chrupania-50g, kompot-200ml.  
banan-150g D,I,L

### **piątek 10.09.2021**

barszcz ukraiński z jajem-300ml

knedle ze śliwkami i jogurtem naturalnym-200g, sok owocowo-warzywny-200ml, chrupki  
kukurydziane-40g. A,D,I,L

**poniedziałek 11.09.2021**

kapuśniak-300ml

potrawka z mięsa indyka-100g, kasza jaglana-170g, surówka z ogórka, rzodkiewki i szczypioru-100g, sok pomarańczowy-200ml, arbuz-150g D,I,L

**wtorek 14.09.2021**

zupa z dyni z zacierką -300ml

kotlet mielony drobiowy-100g, buraczki-100g, ziemniaki 170g, kompot-200ml, jabłko-150g A,D,I,L

**środa 15.09.2021**

zupa neapolitańska z makaronem-300ml

kapusta włoska faszerowana z sosem pomidorowym-170g, ziemniaki-170g,

rzodkiewki-50g, lemoniada-200ml , brzoskwinia-150g.A,D,I,L

**czwartek 16.09.2021**

zupa fasolowa-300ml

kotlet z jaj-100g, ziemniaki-170g, mizeria z koperkiem-100g, kompot-200ml, gruszka-150g A,D,I,L

**piątek 18.09.2019**

zupa zacierkowa-300ml.

ryba po grecku-170g,, ziemniaki-170g, sałata lodowa z winegretem-60g,woda z miętą i miodem-200ml, śliwki-150g.A,D,I,L,H

**poniedziałek 20.09.2021**

grochówka-300ml

makaron z serem, jogurtem naturalnym i owocami-200g, sok marchwiowo-jabłkowy-200ml

ciastka zbożowe-50g A,D,I,L,

**wtorek 21.09.2021**

Zupa krem marchwiowo-dyniowy-300ml

Schab pieczony z sosem własnym-100g , kasza gryczana-170g, surówka z buraków-110g, kompot-200ml, kiwi-120g.D,I,L

**środa 22.09.2021**

żurek z jajem-300ml

Kotlet ziemniaczany z sosem pieczarkowym-180g, surówka z kwaszonego ogórka-100g, woda z miodem i cytryną-200ml, banan-150g A,D,I,L

**Czwartek 23.09.2021**

Rosół z makaronem-300ml

Udko duszone-170g, ziemniaki-170g, brokuły z masłem-120g, kompot-200ml, śliwki-150g A,D,I,L

**piątek 24.09.2021**

barszcz czerwony z ziemniakami-300ml

pierogi z serem i jogurtem owocowym-250g, lemoniada-200ml, marchewki do chrupania-50g, chrupki kukurydziane-40g, jabłko-150g A,D,I,L

**poniedziałek 27.09.2021**

zupa krem z cukini-300ml

pulpet w sosie koperkowym-120g, ryż-170g, sałatka z pomidorów, papryki i cebuli-120g, kompot-200ml, gruszka-150g A,D,I,L

**wtorek 28.09.2021**

krupnik-300ml

lazania z ketchupem-300g, surówka z kapusty pekińskiej-100g, kompot-200ml, winogrona -150g.

D,I,L

**środa 29.09.2021**

zupa porowo-ziemniaczana-300ml

gołąbki z kaszą gryczaną w sosie pomidorowym-150g, ziemniaki-170g, surówka z selera, marchwi i jabłka-100g, kompot-200ml, banan-150g A,D,I,L

**czwartek 30.09.2021**

zupa pieczarkowa z makaronem,-300ml,

filet z miruny panierowany-120g, surówka z rzodkwi, rzodkiewki i szczypioru-100g, ziemniaki-170g,

woda z cytryną i melisą-200ml, śliwki-150g A,D,I,L,H