

JADŁOSPIS 1.10.2021 – 29.10.2021

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

piątek 1.10.2021

Kapuśniak-300ml

Kluski leniwe z masłem i tartą bułką-250g, surówka z marchwi i jabłka-100g, kompot-200ml,
arbuz-150g A, D, I, L

poniedziałek 4.10.2021

Zupa grochowa -250ml

Filet z indyka w sosie warzywnym -100g, kasza jaglana-170, surówka z kapusty pekińskiej pomidorków i szczypioru-100g, sok jabłkowy 200ml, śliwki-100g, D, I, L

wtorek 5.10.2021

zupa pomidorowa z makaronem-300ml

kotlet mielony-100g, ziemniaki-180g, brokuły z masłem-120g, kompot-200ml, jabłko-150g, A D, I, L

środa 6.10.2021

Zupa krem z dyni-300ml

gulasz- 100g, kluski śląskie-200g, surówka z kwaszonej kapusty-100g, woda z miodem i cytryną-200ml
gruszka-150g A, D, I, L

czwartek 7.10.2021

barszcz czerwony z ziemniakami-300ml

kotlet z fasoli-100g, ziemniaki-180g, marchewka duszona-100g, kompot-200ml, banan-200g, A, D, I, L

piątek 8.10.2021

zupa zacierkowa-300ml

ryba po grecku-120g, ziemniaki-180g, kalarepka do chrupania-50g, lemoniada-200ml, śliwki-150g
A, D, I, L, H

Poniedziałek 11.10.2021

Zupa ziemniaczana-300ml

Spaghetti z sosem bolońskim-200g, surówka z ogórka , rzodkiewki i szczypioru-100g, , kompot,
pomarańcza-100g, I L,

wtorek 12.10.2021

zupa fasolowa -300ml

udko pieczone-130g, ryż-180g, sałata zielona z jogurtem-65g, sok pomarańczowy 200ml, kiwi-100g D,
I, L

środa 13.10.2021

Zupa koperkowa z ziemniakami-300ml

Szynka pieczona z sosem własnym-100g, kopytka-180g, fasolka szparagowa z masłem-120g, kompot-200ml, jabłko-150g. D, I, L

czwartek 14.10.2021

krupnik -300ml

Naleśniki z serem i jogurtem-200g, sałatka owocowa-100g, woda z cytryną i melisą-200ml, chrupki kukurydziane -100g A D, I, L

Piątek 15.10.2021

zupa pieczarkowa z makaronem-300ml

kotlet mielony rybny-100g, surówka z białej kapusty-100g, ziemniaki-180g, kompot-200ml,

banan-200g, AD, I, L, H

poniedziałek 18.10.2021

zupa ogórkowa-300ml

makaron z serem, jogurtem i owocami-250g, sok marchwiowy-200ml, ciastka

zbożowe-50g. D, I, L

wtorek 19.10.2021

zupa brokułowa -300ml

kotlet ze schabu-100g, ziemniaki-180g, surówka z selera, marchwi i jabłek- 100g, kompot-200ml, jabłko-150g. A, D, I, L

środa 20.10.2021

żurek z jajem-300ml

łazanki z kapustą i pieczarkami-250g, papryka do chrupania-50g, sok pomarańczowy-200ml,

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

czwartek 21.10.2021

zupa pomidorowa z makaronem-300ml

pieczeń rzymska-100g, ziemniaki-180g, surówka ze świeżego ogórka, rzodkiewki i szczypioru-100g, kompot-200ml, mandarynka -100g A, D, I, L

piątek 22.10.2021

zupa z czerwonej soczewicy-300ml

ryż zapiekany z jabłkiem i jogurtem, lemoniada -200ml, pomarańcza-100g, ciasteczka śniadaniowe z żurawiną bez cukru-50g D, I, L

Poniedziałek 25.10.2021

zupa kalafiorowa-300ml

klopsik w sosie pomidorowym-100g, kasza bulgur-170g, sałata lodowa z winegretem-65g, kompot-200ml, banan-100g.A, D, I, L

wtorek 26.10.2021

barszcz ukraiński-300ml

kotlet z piersi indyka-100g, ziemniaki-180g, surówka wielowarzywna-100g

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

środa 27.10.2021

szczawiowo-szpinakowa-300ml

leczo-110g, ryż brązowy -180g, kalarepka do chrupania-50g, kompot-200ml, pomarańcza-100g, .D, I, L

czwartek 28.10.2021

Zupa pomidorowa z makaronem-300ml

Szynka pieczona z sosem własnym-100g, ziemniaki -180g, brokuły z masłem-120g, kompot-200ml, mandarynka-100g D, I, L

Piątek 29.10.2021

Zupa z dyni z zacierką-300ml

Filet z miruny panierowany-120g, ziemniaki-180, surówka z czerwonej kapusty-100g, kompot-200ml, gruszka-100g A, D, I, L, H