

JADŁOSPIS 10.01.22– 28.01.2022

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

Poniedziałek 10.01.2022

Zupa grochowa -300ml

Makaron z serem białym, truskawkami i jogurtem naturalnym-280g, kompot-200ml,

Ciastka zbożowe z żurawiną -50g D, I, L

Wtorek 11.01.2022

Zupa kalafiorowa-300ml

Filet z piersi indyka panierowany-100g, surówka z marchwi i jabłka-100g, ziemniaki-180g, woda z cytryną i miodem-200ml, pomarańcza-150g A, D, I, L

Środa 12.01.2022

żurek z jajem i ziemniakami-300ml

kluski śląskie z sosem pieczarkowym-270g, surówka z buraków-100g, kompot 200ml, gruszka-150g. A, D, I, L

czwartek 13.01.2022

zupa pomidorowa z makaronem-300ml

udko pieczone-150g, ziemniaki-180g, surówka z kalarepki i rzodkiewki-100g, woda z miętą-200ml,

jabłko-150g D, I, L

piątek 14.01.2022

zupa zacierkowa -300ml

filet z miruny-110g, surówka z kwaszonej kapusty-100g, ziemniaki-180g, kompot-200ml, kiwi-150g A, DH, I, L

poniedziałek 17.01.2022

zupa jarzynowa-300ml

spaghetti z sosem bolońskim-270g, surówka z sałaty lodowej i szczypioru-65g, lemoniada-200ml,

mandarynka 150g. D, I, L

wtorek 18.01.2022

zupa krem marchwiowo-dyniowy -300ml

schab pieczony z sosem własnym-100g, kasza gryczana-170g, brokuły z masłem-120g, kompot-200ml. banan-150g D, I, L

środa 19.01.2022

barszcz czerwony z ziemniakami-300ml

kapusta włoska faszerowana z sosem pomidorowym-170g, ziemniaki-180g, sok owocowo-warzywny-200ml, chrupki kukurydziane-40g. A, D, I, L

czwartek 20.01.2022

zupa neapolitańska z makronem-300ml

kotlet mielony rybny-100g, ziemniaki-180g, surówka wielowarzywna-100g, kompot-200, jabłko-150g
D, I, LA, H, E

piątek 21.01.2022

zupa szczawiowo-szpinakowa z ziemniakami -300ml

pierogi z serem i jogurtem-270g, woda z cytryną-200ml, szaron-200g A, D, I, L

poniedziałek 24.01.2022

zupa ogórkowa-300ml

gulasz-100g, kasza perłowa-170g, marchewka duszona-100g, kompot-200ml, banan-150g. D, I, L

wtorek 25.01.2022

zupa z cieciorki -300ml

lazania z ketchupem-200g, sałata zielona z jogurtem i szczypiorkiem-65g, sok pomarańczowy-200ml,
gruszka-150g D, I, L

środa 26.01.2022

zupa pomidorowa z ryżem-300ml.

Filet z indyka w sosie koperkowym-100g, ziemniaki-170g, surówka z kapusty pekińskiej i świeżego
ogórka-100g, kompot-200ml, pomarańcza-150g.D, I, L

Czwartek 27.01.2022

Krupnik z kaszą jaglaną-300ml

Kotlet jaj-100g, ziemniaki-180g, fasolka szparagowa z masłem-100g, woda z miętą i cytryną-200ml,

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

piątek 28.01.2022

kapuśniak-300ml

ryba po grecku-120g, ziemniaki 180g, papryka świeża do chrupania50g, kompot-200ml. Banan-150g.

I, L, H.