

## JADŁOSPIS 1. 06. 2022– 30. 06. 2022

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

### środa 1. 06. 2022

Botwina z ziemniakami-300ml

Makaron z serem, jogurtem i świeżymi truskawkami-270g, kompot-200ml,

Ciastka zbożowe 50g. D, I, L

### czwartek 2. 06. 2022

zupa kalafiorowa-300ml

kotlet z piersi indyka-100g, ziemniaki-170g, mizeria z koperkiem-100g, sok jabłkowy-200ml,

jabłko-150g. A, D, I, L

### piątek 3. 06. 2022

zupa fasolowa-300ml

ryba po grecku -150g, ziemniaki -170g, papryka świeża -50g woda z miodem i cytryną-200ml,

banan-150g. D, I, L, H

### poniedziałek 6. 06. 2022

kapuśniak z młodej kapusty-300ml

potrawka-100g, ryż -170g, sałata ze szczypiorem i jogurtem-65g, kompot-200ml, owoce-150g. D, I, L

### wtorek 7. 06. 2022

zupa pomidorowa z makaronem -300ml

kotlet mielony-100g, buraczki-100g, ziemniaki-170g, lemoniada-200ml, owoce-150g A, D, I, L

### środa 8. 06. 2022

żurek z jajem-300ml,

kluski śląskie z sosem pieczarkowym -270g, surówka z rzodkwi i jabłka -100g,

woda z miodem i cytryną -200ml, owoce -150g A, D, I, L

### czwartek 9. 06. 2022

zupa ziemniaczana-300ml

szynka pieczona z sosem własnym-100g-kasza gryczana -170g, 50g surówka z kwaszonej kapusty - 100g,

kompot-200ml, owoce-150g D, I, L

### piątek 10. 06. 2022

zupa grochowa-300ml

kluski leniwe z masłem i tartą bułką-270g-180g, surówka z marchwi i jabłka-100g, kompot-200ml,

owoce-150g A, D, I, L

### poniedziałek 13. 06. 2022

kalafiorowa-300ml

gulasz-100g, kasza bulgur-180g, sałata lodowa z winegretem- 65g, sok jabłkowy-200ml,

owoce-100g. D, I, L

**wtorek 14. 06. 2022**

Zupa koperkowa z kaszą jaglaną-300ml,

Udko pieczone-150g, ziemniaki-170g, brokuły z masłem-100g, woda z miętą i cytryną-200ml

owoce-150g D, I, L

**środa 15. 06. 2022**

botwina -300ml

lazania -200g, surówka z ogórka, rzodkiewki i szczypioru-100g kompot-200ml,

owoce-150g D, I, L

**piątek 17. 06. 2022**

kapuśniak z młodej kapusty-300ml

ryż zapiekany z truskawkami i jogurtem -250g, woda z cytryną-200ml, chrupki kukurydziane -50g D, I, L

**poniedziałek 20. 06. 2022**

krupnik-300ml

klopsik z sosem własnym-120g, makaron penne-170g, cukinia duszona-100g, kompot-200ml,

owoce-150g. A, D, I, L

**wtorek 21. 06. 2022**

zupa pomidorowa z ryżem

kotlet ze schabu-100g, ziemniaki-170g, surówka z buraków-100g, woda z miodem i cytryną-200ml,

owoce-150g A, D, I, L

**Środa 22. 06. 2022**

Zupa zacierkowa-300ml

Kapusta faszerowana z sosem pomidorowym-150g, ziemniaki-170g, rzodkiewki do chrupania-50g,

kompot-200ml, owoce 150g A, D, I, L

**Czwartek 23. 06. 2022**

Zupa z czerwonej soczewicy-300ml

Filet z indyka duszony-100g, kasza jaglana-170g, surówka z marchwi, selera i jabłek-100g,

woda z miętą i cytryną -200ml, owoce-150g D, I, L

## ZERÓWKA

### **Piątek 24. 06. 2022**

Zupa z ciecioroki-300ml

Racuchy drożdżowe z rabarbarem -250g, lemoniada-200ml, owoce-150g A, D, I, L

### **Poniedziałek 27. 06. 2022**

Zupa brokułowa-300ml

Spaghetti z sosem bolońskim-270g, sałata zielona-65g, kompot-200ml, owoce-150g D, I, L

### **Wtorek 28. 06. 2022**

Zupa jarzynowa-300ml

Kotlet pożarski-100g, ziemniaki-170g, marchewka duszona -100g, woda z miodem i cytryną-200ml,

owoce-150g A, D, I, L

### **Środa 29. 06. 2022**

Barszcz czerwony-300ml,

Udko pieczone-150g, ryż-170g, mizeria z koperkiem -100g, kompot-200ml

Owoce-150g D, I, L

### **Czwartek 30. 06. 2022**

Zupa ogórkowa – 300ml

Makaron z serem, jagodami i jogurtem-200g, kompot-200ml, ciastka zbożowe-50g, D, I, L