

Jadłospis na wrzesień 2023

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

DATA	Obiad	DATA	Obiad
<i>Poniedziałek</i> <i>11/09/2023</i>	Ziemniaczana z warzywami - 300ml Kasza gryczana - 150g, potrawka z kurczaka - 120g, surówka z kapusty kiszonej - 70g, kompot -200ml, mandarynka – 170g (1,2,5)	<i>Poniedziałek</i> <i>18/09/2023</i>	Zupa ogórkowa z ziemniakami – 300ml Risotto z warzywami– 150g, udko kurczaka pieczone – 120g, surówka z białej kapusty z koperkiem- 100g, sok – 200ml, pomarańcza – 100g (1,2,5)
<i>Wtorek</i> <i>12/09/2023</i>	Pomidorowa z ryżem -300ml Filet z indyka panierowany – 100g, ziemniaki – 150g, sałatka z kapusty pekińskiej - 100g, woda z miętą, miodem i cytryną – 200ml, gruszka – 100g (1,2,5)	<i>Wtorek</i> <i>19/09/2023</i>	Zupa dyniowa z zacierką-300ml Kotlet mielony wieprzowy (dieta: indyczy) – 100g, ziemniaki– 150g , buraczki na ciepło – 100g, kompot– 200ml, śliwki - 100g (1,2,3,5)
<i>Środa</i> <i>13/09/2023</i>	Żurek z jajkiem i kiełbaską (dieta: ziemniaczana z jajkiem i kiełbaską) -300ml Kluski leniwe z bułką tartą (dieta: placki kukurydziane) – 270g, surówka z marchewki i jabłka – 100g, kompot – 200ml, banan – 120g (1,2,3,5)	<i>Środa</i> <i>20/09/2023</i>	Fasolowa z kiełbaską i ziemniakami -300ml Naleśniki z serem i polewą jogurtowo – śmietanową (dieta: ryż z jabłkami) – 280g, napój wieloowocowy– 200ml, banan – 150g (1,2,3,5)
<i>Czwartek</i> <i>14/09/2023</i>	Kalafiorowa z ziemniakami -300ml Spaghetti z sosem bolońskim- 270g, mix sałat z sosem vinegrette-70g, lemoniada-200ml, śliwki -100g (1,2,3,5)	<i>Czwartek</i> <i>21/09/2023</i>	Zupa brokułowa z ziemniakami -300ml Ratatouille z kurczakiem i makaronem – 270g, papryka do pochrupania – 70g, kompot – 200ml, gruszka- 120g (1,2,3,5)
<i>Piątek</i> <i>15/09/2023</i>	Koperkowa z ryżem - 300ml Mintaj panierowany (dieta: mintaj pieczony) – 100g, ziemniaki – 150g, surówka z pomidora ze szczypiorkiem – 100g, napój wieloowocowy – 200ml, jabłko – 120g (1,2,3,4,5)	<i>Piątek</i> <i>22/09/2023</i>	Zupa z czerwonej soczewicy -300ml Medaliony rybne – 110g, ziemniaki – 150g, surówka z ogórków kiszonych z czerwona cebulką– 100g, herbata owocowa – 200ml, mus owocowy – 100g (1,2,3,4,5)

DATA	Obiad	DATA	Obiad
<i>Poniedziałek</i> 25/09/2023	Zupa pieczarkowa z ziemniakami -300ml Klopsiki drobiowe w sosie koperkowym– 120g, kasza kuskus (dieta: kasza gryczana)– 150g , surówka wielowarzywna– 100g, woda z miętą i miodem – 200ml, gruszka-150g (1,2,5)	<p><u>Lista alergenów:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> 1- Produkty zawierające gluten 2- mleko i produkty pochodne, 3- jaja i produkty pochodne, 4- ryby i produkty pochodne, 5- seler i produkty pochodne 6- orzechy i produkty pochodne 7- orzechy ziemne i produkty pochodne 8- skorupiaki i produkty pochodne 9- soja i produkty pochodne 10- ziarna sezamu i produkty pochodne 11- gorczyca i produkty pochodne 12- siarczyny (w tym E – 220 – E – 227) 13- łubin i produkty pochodne 14- mięczaki i produkty pochodne 	
<i>Wtorek</i> 26/09/2023	Zupa ryżanka z warzywami-300ml Filet kurczaka w ziołach- 100g, fasolka szparagowa z bułką tartą-100g, ziemniaki-150g, kompot-200ml, winogrona-100g (1,2,5)		
<i>Środa</i> 27/09/2023	Zupa gulaszowa z kiełbaską-300ml Makaron z serem, truskawkami i polewą jogurtowo – śmietanową (dieta: ryż z owocami) – 280g, sok owocowy – 200ml, banan - 150g (1,2,3,5)		
<i>Czwartek</i> 28/09/2023	Kapuśniak z kiszonej kapusty -300ml Schab pieczony w sosie własnym – 100g, ziemniaki – 150g, surówka z czerwonej kapusty – 70g, kompot – 200ml, śliwki – 120g (1,2,3,5,11)		
<i>Piątek</i> 29/09/2023	Szczawiowa z jajkiem i ziemniakami-300ml Pierogi ruskie z duszoną cebulką – 270g, herbata miętowa – 200ml, chipsy jabłkowe -30g (1,2,3,5)		

15 dni x 6,50 zł = 97,50 zł proszę wpłacać w nieprzekraczalnym terminie do

15 września 2023r. na konto:

37 1030 1508 0000 0005 5038 8073

Tytuł przelewu: *imię, nazwisko dziecka, klasa i ew. dni wyłączone z żywienia (np. bez poniedziałków)*