

## Jadłospis na listopad 2023

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

DATA	Obiad	DATA	Obiad
<b><i>Poniedziałek</i></b> <b><i>06/11/2023</i></b>	Pieczarkowa z ziemniakami -300ml Potrawka z kurczaka - 120g, risotto z warzywami – 150g , surówka wielowarzynna – 100g, kompot – 200ml, mandarynka -120g (1,2,5)	<b><i>Poniedziałek</i></b> <b><i>13/11/2023</i></b>	Zupa ogórkowa z ziemniakami -300ml Tortellini bolońskie w sosie pomidorowym z tartym serem (dieta: makaron bezglutenowy z sosem bolońskim) – 270g, sałatka grecka - 100g, kompot – 200ml, pomarańcza -100g (1,2,3,5)
<b><i>Wtorek</i></b> <b><i>07/11/2023</i></b>	Barszczyk ukraiński -300ml Krokiety z mięsem – 270g, surówka z ogórka kiszzonego - 100g, sok -200ml, jabłko -120g (1,2,3,5)	<b><i>Wtorek</i></b> <b><i>14/11/2023</i></b>	Krupnik z kaszy jęczmiennej (dieta: jaglany)-300ml Sznycel z indyka panierowany (dieta: filet pieczony) - 100g, ziemniaki-150g, sałata z rzodkiewkami i ogórkiem z polewą jogurtowo - śmietanową – 70g, sok -200ml, owoc kaki -100g (1,2,3,5)
<b><i>Środa</i></b> <b><i>08/11/2023</i></b>	Zupa fasolowa z kielbaską - 300ml Makaron z serem i owocami z polewą jogurtowo - śmietanową - 270g kompot -200ml, banan – 170g (1,2,3,5)	<b><i>Środa</i></b> <b><i>15/11/2023</i></b>	Żurek z jajkiem i białą kielbasą - 300ml Knedle z morelami polane masłem z bułką tartą (dieta: ryż z owocami) - 270g, kompot -200ml, banan – 170g (1,2,3,5)
<b><i>Czwartek</i></b> <b><i>09/11/2023</i></b>	Zupa wielowarzynna z ziemniakami -300ml Karczek wieprzowy duszony (dieta: indyk) – 120g, kasza gryczana palona – 150g, surówka z kapusty włoskiej -100g, herbata owocowa – 200ml, winogrona – 100g (1,2,5)	<b><i>Czwartek</i></b> <b><i>16/11/2023</i></b>	Zupa zacierkowa z warzywami-300ml Kurczak pieczony – 100g, ziemniaki – 150g, marchewka z groszkiem - 100g, kompot – 200ml, gruszka- 150g (1,2,3,5)
<b><i>Piątek</i></b> <b><i>10/11/2023</i></b>	Neapolitanka z makaronem (dieta: zupa marchewkowa) - 300ml Łosoś panierowany (dieta: pieczony) – 100g, ziemniaki z koperkiem - 150g, surówka z pomidora ze szczypiorkiem - 100g, kompot – 200ml, herbatniki zbożowe - 40g (1,2,3,4,5)	<b><i>Piątek</i></b> <b><i>17/11/2023</i></b>	Zupa z czerwonej soczewicy -300ml Pierogi ruskie z duszoną cebulką – 270g (dieta: kluski śląskie cebulką), surówka z białej kapusty – 100g, herbata miętowa – 200ml, mus warzywno-owocowy– 120g (1,2,3,5)

<b>DATA</b>	<b>Obiad</b>	<b>DATA</b>	<b>Obiad</b>
<b><i>Poniedziałek</i></b> <b>20/11/2023</b>	Zupa brokułowa z ziemniakami -300ml Ratatouille z kurczakiem i makaronem – 270g, (dieta: makaron bezglutenowy), papryka do pochrupania – 70g, kompot - 200ml, mandarynka– 120g (1,2,3,5)	<b><i>Poniedziałek</i></b> <b>27/11/2023</b>	Kalafiorowa z ziemniakami -300ml Lazania z mięsem, serem i ketchupem (dieta: makaron bezglutenowy z mięsem) - 270g, mix sałat z sosem vinegrette – 70g, kompot – 200ml, jabłko -150g (1,2,3,5)
<b><i>Wtorek</i></b> <b>21/11/2023</b>	Zupa dyniowa z zacierkami -300ml Kotlet mielony wieprzowy (dieta: indyczy) - 100g, ziemniaki– 150g, buraczki na ciepło - 100g, lemoniada-200ml, gruszka-150g (1,2,3,5)	<b><i>Wtorek</i></b> <b>28/11/2023</b>	Zupa ryżowa z koperkiem -300ml Chrupiący kurczak – 100g, ziemniaki – 150g, surówka wielowarzywna – 100g, napój owocowy – 200ml, winogrona- 100g (1,2,3,5)
<b><i>Środa</i></b> <b>22/11/2023</b>	Zupa gulaszowa z wołowiną - 300ml Naleśniki z serem i polewą śmietanowo - jogurtową (dieta: placki kukurydziane z owocami), kompot -200ml, banan - 170g (1,2,3,5)	<b><i>Środa</i></b> <b>29/11/2023</b>	Grochówka wojskowa na wędzonce -300ml Kluski leniwe z masłem i bułką tartą (dieta: kluski śląskie) - 270g, surówka z marchwi i jabłka – 100g, sok -200ml, banan - 170g (1,2,3,5)
<b><i>Czwartek</i></b> <b>23/11/2023</b>	Zupa ziemniaczana z warzywami -300ml Gulasz z indyka z czerwoną fasolą– 120g, kasza pęczak (dieta: kasza gryczana) – 150g, surówka z czerwonej kapusty - 100g, herbata owocowa – 200ml, pomarańcza– 120g (1,2,5)	<b><i>Czwartek</i></b> <b>30/11/2023</b>	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami -300ml Bitka z indyka - 100g, mix kasz z warzywami– 150g, surówka z kiszanej kapusty- 100g, kompot – 200ml, jabłko– 120g (1,2,5)
<b><i>Piątek</i></b> <b>24/11/2023</b>	Zupa pomidorowa z ryżem -300ml Medaliony rybne - 100g, ziemniaki – 150g, surówka z ogórka kiszzonego- 100g, kompot – 200ml, chipsy jabłkowe - 100g (1,2,3,4,5)		

**Lista alergenów:**

- 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 – 20230 – E – 20237)
- 13- łubin i produkty pochodne
- 14- mięczaki i produkty pochodne

**19 dni x 6,50 zł = 123,5 zł proszę wpłacać w nieprzekraczalnym terminie do**

**31 października 2023r. na konto:**

37 1030 1508 0000 0005 5038 8073

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