

JADŁOSPIS DEKADA 19-30.09.2022 r.

OBIAD - klasy I-VIII

Poniedziałek 19.09.2022	Kalafiorowa z kaszą pęczak z jarzynami i natką ,zabielana(seler,mleko)	Poniedziałek 26.09.2022	Szczawiowa z ziemniakami i jarzynami zabielana (mleko,seler)
	Kurczak w sosie pomidorowo-paprykowym z ziołami		Kotlet z jajka pieczony (jajka,mleko,pszenica)
	Kopytka (pszenica,jajka,)		Marchew z groszkiem gotowana (pszenica,mleko)
	Kompot z jabłek		Surówka z kapusty pekińskiej z oliwą z olivek
	Kiwi		Kompot z truskawek
Wtorek 20.09.2022	Pomidorowa z ryżem ,jarzynami i natką ,zabielana (seler,mleko)	Wtorek 27.09.2022	Jarzynowa zielona z kaszą pęczak ,zabielana (mleko)
	Brizol wołowy z cebulką i pieczarkami (pszenica)		Porcja kurczaka pieczona w ziołach
	Makaron durum		Ziemniaki z koperkiem
	Fasolka szparagowa z masłem (mleko)		Jesienna z ogórkiem szwedzkim z jogurtem i siemie lniane
	Kompot wieloowocowy		Soczek z rurką
Jabłko	Gruszka		
Środa 21.09.2022	Krem z dyni pieczonej , z marchewką i ziołami (mleko)	Środa 28.09.2022	Barszcz czerwony z ziemniakami (seler)
	Kotlet pożarski drobiowy pieczony (jajka,pszenica)		Kotlet z piersi kurczaka panierowany (jajka,pszenica)
	Kasza jęczmienna z warzywami klarowanymi (seler)		Ryż na sypko z ziołami
	Ogórek z rzodkiewką i jogurtem (mleko)		Tzatzyki z jogurtem
	Kompot z jabłek z miętą		Kompot ze śliwek
Pomarańcz sokowa	Jabłko		
Czwartek 22.09.2022	A'la flaczki drobiowe - rosół z mięsem i jarzynami (seler)	Czwartek 29.09.2022	Krem z papryki pieczonej z ziołami i serem parmezan
	Ryż z jabłkiem pieczonym i cynamonem		Gulasz mięsny z kaszą mix prażoną
	Polewab jogurtowa (mleko)		Surówka z ogórka kiszzonego z cebulką i oliwą z olivek
	Kompot z czarnej porzeczki		Kompot wieloowocowy
	Brzoskwinia		Jogurt
Piątek 23.09.2022	Krupnik z kaszy jęczmiennej z jarzynami i natką (seler)	Piątek 30.09.2022	Fasolowa z ziemniakami i majerankiem
	Ryba filet panierowany (ryba,jajka,pszenica)		Naleśniki z serem (pszenica,mleko,)
	Ziemniaki z koperkiem		Marchew z jabłkiem ,żurawiną i oliwą z olivek
	Surówka z kiszzonej kapusty z marchewką		Napój z mięty
	Kisiel w/w		Śliwki
Jogurt (mleko)			

UWAGI: Jadłospis może ulec zmianie z uwagi na dostawy towarów

Jadłospis uwzględnia sezonowość produktów , stan zdrowia dzieci - produkty wzmacniające odporność

Wykorzystane owoce suszone są bezsiarkowe

W/W- wyroby własnoręczne / nie od producenta

Do zup , surówek , sosów -dodawane jest siemie lniane .

Do zabeliania zup ,dodatki do surówek - **jogurt naturalny**