

4283/3/2021

Poniedziałek 18.01.2021

Śniadanie; Chleb żytni i razowy, masło(1,7) szynka gotowana, ketchup łagodny. Herbata z cytryną/kakao (7)
II Śniadanie; Jabłko
Obiad; Zupa z fasolki szparagowej, marchewką, selerem, natką pietruszki.(,9) Racuszki drożdżowe z powidłami.(7) Kompot z owoców leśnych niskosłodzonych.
Podwieczorek; Sok marchwiowo-jabłkowy, chrupki kukurydziane

Wtorek 19.01.2021

Śniadanie; Chleb żytni i słonecznikowy, masło(1,7) pasta z sera śmietankowego, rzodkiewka.(7). Herbata z cytryną/kakao (7)
II Śniadanie; Gruszka
Obiad; Zupa serowa z makaronem, marchewką, selerem i natką pietruszki. Kotlet schabowy, ziemniaki puree, buraczki zasmażane z jabłkiem i cebulką.(7) Kompot z owoców leśnych niskosłodzonych.
Podwieczorek; Galaretka z truskawkami niskosłodzona.

Środa 20.01.2021

Śniadanie; Chleb żytni i graham, masło(1,7), szynka drobiowy ,ser gouda, ogórek zielony, pomidor. Herbata z cytryną/kakao(7)
II śniadanie; Kalarepa
Obiad; Zupa brokułowa z ziemniakami, marchewką, selerem, natką pietruszki.(7,9) Jajko gotowane w sosie pomidorowym, makaron pełnoziarnisty.(3,7) Kompot z owoców leśnych niskosłodzonych.
Podwieczorek; Bukiet owoców

Czwartek 21.01.2021

Śniadanie; Chleb żytni i razowy, masło(1,7) dżem malinowy niskosłodzony. Herbata z cytryną/kakao
II Śniadanie; Mandarynka
Obiad; Zupa ryżowa z ryżem mieszanym ,marchewką, selerem, natką pietruszki.(7,9) Karkówka pieczone w sosie własnym, ziemniaki, kapusta biała gotowana.(7) Kompot wiśniowy niskosłodzony
Podwieczorek; Jogurt truskawkowy (7)

Piątek 22.01.2021

Śniadanie; Chleb żytni i pełnoziarnisty, masło (1,7)pasztet drobiowy, ogórek kiszony. Herbata z cytryną/kakao
II śniadanie; Banan
Obiad: Zupa pomidorowa z makaronem, marchewką, selerem, natką pietruszki(,9). Ryba smażona Miruna ,ziemniaki puree, surówka po żydowsku. Kompot z mieszanki owocowej niskosłodzonej.
Podwieczorek; Mus owocowy niskosłodzony

Kucharka Intendent Dietetyk Dyrektor Konsultacja z przedstawicielem nauczyciel

Gramatura : zupa (250 g), ziemniaki(200g), mięso(70 g), filet rybny (80g), mięso w warzywach (100g)
Kluski(150 g), pierogi (150 g), sos (40g), naleśniki/ racuchy (150 g), ryż (200 g) makaron (200) Kasza(200g),
jajko sadzone(10g), surówki(70 g), kompot (200g)

Gramatura : zupa (250 g), ziemniaki(200g), mięso(70 g), filet rybny (80g), mięso w warzywach (100g)
Kluski(150 g), pierogi (150 g), sos (40g), naleśniki/ racuchy (150 g), ryż (200 g) makaron (200) Kasza(200g),
jajko sadzone(10g), surówki(70 g), kompot (200g)

*Wodę podajemy każdorazowo na życzenie.

*Sól i cukier podajemy zgodnie z obowiązującym rozporządzeniem.