

Poniedziałek 21.11.2022

Śniadanie; Chleb żytni i słonecznikowy, masło(1,7) mielonka tyrolska, ogórek kiszony. Herbata z cytryną/kakao (7)
II Śniadanie; Banan
Obiad; Zupa kapuśniak z kiszonej kapusty , marchewką, selerem i natką pietruszki. (7,9) Naleśniki pszenno- razowe z serem. (3,7) Kompot z wiśni niskosłodzony.
Podwieczorek; Kawiorek z masłem, pomidor malinowy, herbata z cytryną i miodem.

Wtorek 22.11.2022

Śniadanie; Chleb żytni i słonecznikowy, masło(1,7) pasta z sera żółtego ze szczypiorkiem i rzodkiewką, sałata. Herbata z cytryną/kakao (7)
II Śniadanie; Marchew
Obiad; Zupa pieczarkowa z makaronem ,marchewką, selerem, natką pietruszki.(9) Kotlet drobiowy w płatkach kukurydzianych, ziemniaki puree, surówka koperkowa.(7) Woda z sokiem pomarańczowym niskosłodzonym.
Podwieczorek; Kisiel cytrynowy niskosłodzony.

Środa 23.11.2022

Śniadanie; Chleb żytni i graham, masło(1,7) szynka drobiowa,ser gouda,jajko,pomidor,ogórek,sałata. Herbata z cytryną/kakao(7)
II śniadanie; Mandarynka
Obiad; Zupa krem z kalafiorów, marchewką, selerem, natką pietruszki.(7,9) Sos boloński z bazylią i pomidorami, makaron spaghetti. Kompot z jabłek niskosłodzony.
Podwieczorek; Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi.(7)

Czwartek 24.11.2022

Śniadanie; Chleb żytni i razowy, masło(1,7) dżem malinowy niskosłodzony. Herbata z cytryną/kakao(7)
II Śniadanie; Śliwka
Obiad; Zupa koperkowa z ryżem mieszanym , marchewką, selerem i natką pietruszki. (7,9) Karkówka pieczona w sosie własnym, ziemniaki, kapusta biała gotowana. Kompot wieloowocowy niskosłodzony
Podwieczorek; Deserek czekoladowy (5,6,7)

Piątek 25.11.2022

Śniadanie; Chleb żytni i razowy, masło(1,7) paprykarz z łososia, ogórek konserwowy. Herbata z cytryną/kakao(7)
II Śniadanie; Talarki orkiszowe
Obiad; Zupa selerowa z makaronem ,marchewką, selerem, natką pietruszki.(7,9) Jajko sadzone, ziemniaki puree, sałatka z ogórka kiszzonego z koperkiem. Kompot truskawkowy niskosłodzony
Podwieczorek; Bukiet owoców

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)

*Wodę podajemy każdorazowo na życzenie.

*Sól i cukier podajemy zgodnie z obowiązującym rozporządzeniem.