

JADŁOSPIS 11.10– 15.10.2021

| Data | Śniadanie | | Obiad | | Podwieczorek | |
|----------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|
| 11.10.2021 Poniedziałek | Płatki kukurydziane na mleku /mleko/ Ser żółty , masło, / mleko dżem, rzodkiewka, kielki Pieczywo mieszane zboża/ Herbata z cytryną | 200ml 50g 20g 60g 200ml | Kapusniak z kw. Kap. z ziemniakami / seler , / schab w sosie chrazanowym, kasza jęczmienna / zboża / mix sałat z sosem koperk. kompot wiśniowy Owoc sezonowy | 200ml 220g 30g 200ml | <i>Bułeczka z dżemem</i> <i>Kawa mleczna</i> /mleko/ Owoc | 80 g 200ml |
| 12.10.2021 Wtorek | Kasza manna na mleku /mleko/ Parówka .masło / keczup, ogórek kwasz. Pieczywo mieszane /zboża/ Herbata z miodem | 200ml 50g 30g 60g 200ml | <i>Barszcz ukraiński z fasolą</i> /seler, mleko+/ Kotlet jajeczny / jajka /, ziemniaki Brokuł z wody Kompot jabłkowo-cytryno. Owoc sezonowy | 200m 220 70g 200ml | Jogurt owocowy „gratka” /mleko / Ciastka deserowe owoc | 120g 30g |
| 13.10.2021 Środa | Pł.owsiane na mleku /mleko/ Jajecznica na maśle pomidor ,dżem Pieczywo mieszane mieszane/ zboża/ Herbata wiśniowa | 200ml 60g 20g 60g 200ml | Zupa kalafiorowa z ziemn.i zieleniną/ seler,mleko / Leczo warzywne z wędliną ryż paraboliczny herbata miętowa z cytr. Bułka drożdżowa z serem zboża,jajka,mleko/ | 200ml 220 g 200ml | Zapiekanka z serem i wędliną / mleko/ Herbata malinowa owoc | 120g 200ml |
| 14.10.2021 Czwartek | Płatki ryżowe na mleku / mleko, zboża/ Szynka drob. Masło ogórek zielony,sałata Pieczywo mieszane / zboża // Herbatka z miodem | 200ml 80g 20g 60g 200ml | Krupnik z kaszy maz. z ziemn. / seler/ - sztuka mięsa w sosie koperk Makaron wieloziarnisty sałatka wielowarzywna Herbata malinowa z miodem owoc sezonowy | 200ml 220g 80g 200ml | Kanapka wędliną, sałatą, i ogórkiem i kielkami herbata mietowa z cytryną Owoc | 120g 200ml |
| 15.10.2021 Piątek | Płatki Cini-mini na mleku /mleko,orzechy/ serek waniliowy /mleko/ .masło, Pieczywo mieszane /zboża/ słupek marchewki Herbata malinowa | 200ml 60 gg 60g 200ml | Zupa pomidorowa z makaronem /mleko.seler / Ryba smażona, / ryby, jajka / Ziemniaki surówka z kapusty kwaszonej Napój porzeczkowy owoc sezonowy | 200ml 220g 70g 200ml | Ciasto jogurtowe kakao na mleku mleko ,jajka,zboża/ Owoc | 50 gr 200ml |

Warzywa i owoce mogą być podawane zamiennie w zależności od dostępności

Woda mineralna niegazowana bez ograniczeń

Gramatura posiłków dla uczniów: zupa - 250ml, mięso/ryba - 90 g, ziemniaki/ryż,kasze - 150g,
surówka - 90 g, kompot - 200ml, dania mączne - 25

* Dieta bez mleczna; mleko sojowe,ryżowe,owsiane,masło roślinne, zupy i sosy niezabielane

* Dieta bez jajka; eliminacja potraw zawierających jajka, w zamian produkty mleczne, mięsne

* Dieta hipoalergiczna; eliminacja produktów alergizujących, w zamian inne dozwolone