

1. JADŁOSPIS 15.11– 19.11.2021

Data	Śniadanie		Obiad		Podwieczorek	
08.11.2021 Poniedziałek	Kasza manna na mleku pasta rybna, masło / mleko / ogórek zielony papryka pieczywo mieszane herbata z miodem	200ml 30g 30g 60g 200ml	Zupa ogórkowa ziemniakami / mleko , seler / Klops wp.w sosie pomidorowym kasza jęczmienna / jajka / Sałata z jogurtem naturalnym kompot wieloowocowy owoc sezonowy	200ml 220g 30g 200ml	<i>Kanapka z szynką sałata i pomidorem herbatka wiśniowa owoc sezonowy</i>	150g 200ml
09.11.2021 Wtorek	Płatki kukurydziane na mleku / mleko / szynka drobiowa dżem, Masło, sałata ogórek zielony Pieczywo mieszane / zboża / Herbata z miodem	200ml 50g 30g 60g 200ml	Zupa neapolitańska z makaronem / seler , mleko / kotlet mielony, / jajka / ziemniaki buraczki zasmażane herbata z miodem i cytryną Owoc sezonowy	200ml 220g 50g 200ml	Jogurt owocowy „Gratka” mleko ciasteczka des owoc	150g 30g
10.11.2021 Środa	Płatki ryżowe na mleku zboża , mleko / Jajecznicza na maśle ze szczypiorem / jajka / pomidor Pieczywo mieszane mieszane / zboża / Herbata malinowa	150g 70g 60g 200ml	Krupnik z kaszy maz. Ziemniakami / seler / Makaron z sosem mleko / truskawkowo-jogurtowym Herbata miętowa z cytryną owoc sezonowy	200ml 220 g 70g 200ml	Placuszki drożdżowe z jabłkiem / mleko , jajka / mleko owoc	120g 200ml
11.11.2021 Czwartek	Płatki owsiane na ml. Parówka, masło, mleko / keczup, ogórek kw. Pieczywo mieszane herbata z miodem	200ml 70g 30g 60g 200ml	Barszcz czerwony z ziemniakami / mleko , seler / risotto z indyka z warzywami ryż paraboliczny jogurt do picia / mleko / Bułka drożdżowa	200ml 220g 100ml	Kisiel truskawkowy <i>wyrób własny</i> bułeczka maślana z masłem mleko owoc	100ml 30g
12.11.2021 Piątek	Płatki Cini-mini na mleku / mleko , orzechy / Twarożek ze szczyp .masło / mleko / Pieczywo miesz. / zboża / rzodkiewka Herbata malinowa , dżem	200ml 50 g 60g 30g 200ml	Zupa <i>pomidorowa z ryżem</i> / mleko . seler / ryba smażona, / ryby / ziemniaki surówka z kapusty kwaszonej Napój porzeczkowy owoc sezonowy	200ml 250g 60 g 200ml	Ciasto jogurtowe kakao na mleku / mleko / 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