

JADŁOSPIS 06.12– 10.12.2021

Data	Śniadanie		Obiad		Podwieczorek	
06.12.2021 Poniedziałek	Kasza manna na mleku ser żółty masło / mleko / ogórek kw. papryka, dżem pieczywo mieszane herbata z miodem	200ml 50g 30 g 30g 200ml	Barszcz czerwony z ziemn. / seler, mleko / risotto z kurczakiem i warzywami kompot jabłkowo-cytrynowy owoc sezonowy	200ml 220g 30g 200ml	Kanapka z szynką sałatą i rzodkiewką Herbata owocowa owoc sezonowy	150g 200ml
07.12.2021 Wtorek	Płatki ryżowe na mleku / mleko / Szynka mgot, Masło, rzodkiewka ogórek zielony Pieczywo mieszane / zboża / Herbata miętowa	200ml 50g 30g 60g 200ml	Zupa szpinakowa z ryżem / mleko, seler / Kotlet Pożarski, ziemniaki marchewka z groszkiem herbata malinowa Owoc sezonowy	200ml 220g 60g 200ml	Jogurt owocowym "Gratka" / mleko / Biszkopty owoc	110 g 30gl
08.12.2021 Środa	Płatki kukurydz. na mleku zboża, mleko / Paszтет, Masło pomidor, sałata Pieczywo mieszane mieszane/ zboża / Herbata malinowa	150g 50g 30g 60g 200ml	Zupa grochowa z ziemniakami / seler / Ryż zapiekany z jabłkiem Herbata miętowa z cytryną owoc sezonowy Pączek	200ml 250 g 200ml	Zapiekanka z serem żółtym i wędliną / mleko / herbata malinowa owoc	120g 200ml
09.12.2021 Czwartek	Płatki owsiane na ml. Parówka, keczup masło, mleko ogórek zielony Pieczywo mieszane herbata z miodem i cytryną	200ml 70g 30g 60g 200ml	Krupnik z kaszy mazurskiej ziemniakami / seler / szt. mięsa w sosie koperkowym makaron wieloziarnisty/ jajka / sałatka z pomidora i szczyb Herbata z miodem i cytr, owoc sezonowy	200ml 220 g 50g 200ml	Naleśniki z dżemem / mleko kawa mleczna owoc	150G 200 ml
10.12.2021 Piątek	Płatki Cini-mini na mleku / mleko, orzechy / serek waniliowy, masło mleko /dżem Pieczywo miesz. / zboża / Herbata malinowa , dżem	200ml 50g 60g 200ml	Zupa pomidorowa z ryżem / mleko. seler / Paluszki rybne pieczone, / ryby, jajka / ziemniaki surówka wielowarzywna Napój pomarańczowy owoc sezonowy	200ml 250g 60 g 200ml	Ciasto piaskowe / jajka, mleko / kakao na mleku 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