



Data	Śniadanie		Obiad		Podwieczorek	
03.01.2022 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 / Makaron z sosem truskawkowo- jogurtowym/ mleko kompot wieloowocowy owoc sezonowy	200ml 220g 30g 200ml	Kanapka z szynką sałatą i pomidorem herbatka wiśniowa owoc sezonowy	150g 200ml
04.01.2022 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 pieczarkowa z makaronem /seler, mleko / kotlet schabowy, /jajka/ ziemniaki buraczki zasmażane herbata z miodem i cytryną Owoc sezonowy	200ml 220g 50g 200ml	Jogurt owocowy „Gratka” mleko ciasteczka des owoc	150g 30g
05.01.2022 Środa	Płatki ryżowe na mleku zboża, mleko/ Jajecznica na maśle ze szczypiorem / jajka/ pomidor Pieczywo mieszane mieszane/zboża/ Herbata malinowa	150g 70g 60g 200ml	Krupnik z kaszy maz. Ziemniakami / seler / mleko / spaghetti, ogórek Herbata miętowa z cytryną owoc sezonowy	200ml 220 g 70g 200ml	Placuszki drożdżowe z jabłkiem / mleko , jajka/ mleko owoc	120g 200ml
06.01.2022 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 / sznyceł z indyka ryż paraboliczny jogurt do picia / mleko / Bułka drożdżowa	200ml 220g 100ml	Kisiel truskawkowy wyrób własny bułeczka maślana z masłem mleko owoc	100ml 30g
07.01.2022 Piątek	Płatki Cini-mini na mleku /mleko, orzechy/ Twarożek ze szczyp .masło / mleko / Pieczywo mies. /zboża/ rzodkiewka Herbata malinowa ,dżem	200ml 50 g 60g 30g 200ml	Zupa pomidorowa z ryżem /mleko. seler / ryba smażona, /ryby / ziemniaki surówka warzywna(z kapustą pekińską) 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
niegazowana bez ograniczeń

Woda mineralna

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

