



Jadłospis

10-14 stycznia 2022

Data	Śniadanie		Obiad		Podwieczorek	
10.01.2022 Poniedziałek	KULECZKI na mleku , ALMETTE, masło / mleko / KOLOROWE KANAPECZKI Z WĘDLINĄ (ogórek zielony, papryka) pieczywo mieszane herbata z miodem	200ml 30g 30g 60g 200ml	Zupa POMIDOROWA Z MAKARONEM KOLANKA/ mleko , seler / RYBA PO GRECKU / SELER kompot wieloowocowy owoc sezonowy	200ml 220g 30g 200ml	JOGURT PITNY 250g DROŻDZÓWKA herbata z pigwy owoc sezonowy	150g 200ml
11.01.2022 Wtorek	Płatki kukurydziane na mleku / mleko / KIELBASA KRAKOWSKA, dżem, Masło, sałata ogórek zielony Pieczywo mieszane / zboża / Herbata malinowa	200ml 50g 30g 60g 200ml	KAPUŚNIAK z ZIEMNIAKAMI/ seler, mleko / Pożarski kotlecik Z FILETA Z kurczaka i indyka, / jajka / RYŻ Groszek z MARCHEWKĄ herbata z MIĘTOWA Owoc sezonowy	200ml 220g 50g 200ml	KANAPKI Z WĘDLINĄ POMIDOREM I SZCZYPIORKIEM HERBATA CZARNA owoc	150g 30g 250ml
12.01.2022 Środa	Płatki ryżowe na mleku zboża, mleko/KANAPKA Z SZYNKĄ MIODOWA, DROBIOWA szczypiorem / jajka/ Pomidorki KOKTAJLOWE Pieczywo mieszane mieszane/ zboża / Herbata cytrynowa	150g 70g 60g 200ml	ZUPA SHREK / seler / mleko / SCHABOWY ZIEMNIAKI, BURACZKI zasmażane, Herbata OWOCOWA owoc sezonowy	200ml 220 g 70g 200ml	KISIEL OWOCOWY / WŁASNEJ ROBOTY owoc CIASTECZKA DESEROWE Kompot wieloowocowy	120g 200ml
13.01.2022 Czwartek	Płatki owsiane na ml. Parówka, masło, mleko / keczup, ogórek kw. Pieczywo mieszane herbata pigwowa	200ml 70g 30g 60g 200ml	Barszcz czerwony z ziemniakami / mleko, seler / KLOPS WIEPRZOWY /jaja KASZA GRYCZANA KOMPOT TRUSKAWKOWY / Ciasteczko deserowe	200ml 220g 100ml	NALESNIKI Z DŻEMEM bułeczka maślana z masłem, mleko , mleko ryżowe owoc	100ml 30g
14.01.2022 Piątek	CINI MINIS na mleku / mleko JAJKA GOTOWANE ,masło / mleko /jaja, ser żółty Pieczywo miesz. / zboża / rzodkiewka ,SZCZYPIOREK Herbata malinowa ,dżem	200ml 50 g 60g 30g 200ml	Zupa KRUPNIK Z KASZĄ MAZURSKĄ / mleko. seler / MAKARON Z SEREM I JOGURTEM, / mleko / Napój porzeczkowy owoc sezonowy(GRUSZKA)	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