

28 luty- 4 MARZEC 2022



Data	Śniadanie		Obiad		Podwieczorek	
28.02.2022 Poniedziałek	<i>Kasza manna na mleku/mleko</i> <i>Pieczewo mieszane</i> <i>Masło extra/roślinne</i> <i>Wędlina, paszтет</i> <i>Papryka, rzodkiewka</i> <i>Pomidor ,ogórek</i> dżem herbata owocowa	200ml 60g 8g 8g 20g 200ml	Zupa KAPUŚNIAK z ZIEMNIACZKIEM ZAPIEKANKA makaronowa z mięsem Ogórek słupek Ciastko francuskie HERBATA MALINOWA	250ml 220g 90g 30g 200ml	AKTIMELKI, Chrupiek kukurydz. LEMONIADA owoc sezonowy	200g 200ml 35g
01.03.2022 Wtorek	STÓŁ SZWEDZKI	200ml 50g 8g 10g 100g 50 g 200ml	Zupa Krem z Kalafiora /seler, mleko KOTLET MIELONY, ziemniaki Buraczki zasmażane kompot Owoc sezonowy	250ml 220g 90g 200ml 30g	BUDYŃ CIASTECZKO LEMONIADA	80g 10g 200 ml
02.03.2022 Środa	Płatki kukurydziane na mleku /mleko/ pieczewo mieszane/zboża masło extra/roślinne Jajecznic wędlinka drobiowa, papryka, ogórek, ogórek kiszony, herbata czarna z miodem	200ml 60g 8g 15g 30g 250 ml	Zupa Barszcz Ukraiński seler /jajko PIEROGI Z SEREM POLEWA waniliowa/Inne, warzywa Woda cytrynowa	250ml 220 g 90g 200ml	Kanapeczki warzywa Herbatka owocowa owoc	70g 200ml 30g
03.03.2022 Czwartek	kakao./mleko Kajzerka, grachamka, Maselko extra/roślinne pasztecik Dżem, Pomidor, Rzodkiewka, salata herbata z miodem i cytry	200ml 60g 8g 30g 10g 100g 15g 5g 200ml	Zupa Zacierkowa Gulasz drobiowy z warzywami mizeria LEMONIADA owoc	250ml 220g 90g 200ml 35g/70g	Placuszki Drożdżowe z jabłkiem i cukrem pudrem owoce woda cytrynowa	100g 30g 200ml
04.03.2022 Piątek	SHAKE owocowo-mleczny /mleko Pieczewo razowe/białe Wędlinka wp. ser żółty, maselko/roślinne dżem truskawka, Herbata owocowa	200ml 50g 15 g 10g 8g 10g 200ml	Zupa barszcz i /mleko, seler / RYBA w sosie greckim, /ryby / ziemniaki Surówka wielowarzywna Napój jabłkowy	250ml 250g 90 g 200ml	CHAŁKA MLEKO Owoc herbata czarna z cytrynką	100g 200ml 30g 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 bezmleczna; 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



JADŁOSPIS MOŻE SIĘ ZMIENIĆ ZE WZGLĘDU NA ILOŚĆ DZIECI

STÓŁ SZWEDZKI:

- RUKOLA
- SAŁATA,
- SZCZYPIOR,
- POMIDOR,
- POMIDORKI KOKTAJLOWE,
- OGÓREK ŚWIEŻY,
- OGÓREK KVASZONY,
- PAPRYKA,
- OLIWKI,
- MARCHEWKI MINI
- WĘDLINA DROBIOWA,
- WĘDLINA WIEPRZOWA
- PASZTET,
- KIEŁBASKI CIEŁĘCE NA CIEPŁO I ZIMNO,
- KABANOSY DROBIOWE I W/P,
- SER ŻÓŁTY GOUDA
- SER ŻÓŁTY WĘDZONY,
- TWAROŻEK ,
- ALMETTE,
- SERKI TOPIONE HOHLAND TRÓJKĄCIKI,
- DŻEM (3 SMAKI),
- MIÓD,
- MASEŁKO,
- PRODUKTY BEZ LAKTOZY,
- MLEKO SOJOWE,
- MLEKO 2%

.....

- PIECZYWO:
ORKISZOWE, RAZOWE, BEZGLUTENOWE, BUŁKA
WROCŁAWSKA, ROGALE, KAJZERKI, GRACHAMKI....

NAPOJE:
SOK PORZECZKA, POMARAŃCZA, JABŁKO, 4 RODZAJE
HERBATEK W TYM ZIOŁOWA, WODA,

DZIECI OCZYWIŚCIE BĘDĄ DOPILNOWANE, ŻEBY
PRZESTRZEGAŁY MAKSYMALNEJ HIGIENY PODCZAS
SPORZADZANIA POSIŁKU ☺

BĘDZIEMY MAŁYMI KROKAMI WPROWADZAĆ NOWE
POTRAWY I ZASADY ZGODNE Z WYTYCZNYMI
PAŃSWOWEJ INSPEKCJI SANITARNEJ, TAK ŻEBY
PAŃSTWA DZIECI POZNAWAŁY NOWE SMAKI I UCZYŁY
SIĘ SAMODZIELNOŚCI. ☺(również w szkole)Zależy
nam również aby dzieci spożywały dużo warzyw i
owoców i ROSŁY ZDROWO ☺