

14 luty- 18 luty 2022



Data	Śniadanie		Obiad		Podwieczorek	
14.02.2022 Poniedziałek	<i>Płatki kukurydziane na mleku/mleko</i> <i>Pieczywo mieszane</i> <i>Masło extra/roślinne</i> <i>zapiekanki</i> <i>Papryka</i> <i>ogórek</i> dżem sok pomarańczowy	200ml 50g 8g 15g 20g 20g 8g 200ml	Barszcz biały z kielbasą i grzankami, Klopsiki z kaszą Marchewka na ciepło Owoc kompot	200ml 220g 90g 30g 200ml	<i>Kanapka z wędliną</i> SAŁATA WARZYWKA LEMONIADA	200g 200ml 35g
15.02.2022 Wtorek	STÓŁ SZWĘDZKI	200ml 50g 8g 10g 100g 50 g 200ml	Zupa Fasolowa z ziemniakami /seler, mleko Makaron z owocami Ogórek zielony słupki kompot Owoc sezonowy	200ml 200g 100g 90g 200ml 30g	Bułeczki z masłem KISIEL owoc herbata owocowa	150g 70g 250 ml
16.02.2022 Środa	INKA na mleku /mleko/ pieczywo mieszane/zboża masło extra/roślinne kielbasa krakowska, papryka, ogórek, ogórek kiszony, herbata czarna z miodem	200ml 60g 8g 20g 15g 30g 250 ml	Zupa Krupnik / seler FASOLKA PO BRETOŃSKU WARZYWA SŁUPKI Herbata z miodem DROŻDŻÓWKA	200ml 220 g 90g 200ml 50g	Chałka Masło, MIÓD Herbatka owocowa owoc	40g 8g 10g 200ml 30g
17.02.2022 Czwartek	kakao./mleko Kajzerka, grachamka, Maselko extra/roślinne pasztecik Dżem, Pomidor, Rzodkiewka, sałata herbata z miodem i cytry	200ml 60g 8g 30g 10g 100g 15g 5g 200ml	Zupa PAZIBRODA /seler Schabowy z ziemniakami Sałatka wielowarzywna Herbatka owocowa owoc	200ml 220g 90g 200ml 35g/70g	Ciasteczka deserowe, Budyń/mleko owoc	100g 30g
18.02.2022 Piątek	Kasza manna mleku /mleko Pieczywo razowe/białe Pasta jajeczna wędlina maselko/roślinne dżem truskawka, Herbata owocowa	200ml 50g 15 g 10g 8g 10g 200ml	Zupa pomidorowa z ryżem /mleko, seler / RYBA w sosie, /ryby / ziemniaki surówka z kiszonek Napój porzeczkowy	200ml 250g 90 g 200ml	Wafelki ryżowe dżemik Owoc herbata czarna z cytrynką	50 g 4 g 30g 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 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



STÓŁ SZWEDZKI:

- RUKOLA
- SAŁATA,
- SZCZYPRIOR,
- POMIDOR,
- POMIDORKI KOKTAJLOWE,
- OGÓREK ŚWIEŻY,
- OGÓREK KWASZONY,
- PAPRYKA,
- OLIWKI,
- MARCHEWKI MINI
- WĘDLINA DROBIOWA,
- WĘDLINA WIEPRZOWA
- PASZTET,
- KIEŁBASKI CIELĘCE 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 ☺