


22 sierpnia - 26 sierpnia 2022



Data	Śniadanie		Obiad		Podwieczorek	
22.08.2022 Poniedziałek	MUSLI na mleku/mleko Pieczywo mieszane Masło extra/roślinne wędlinka warzywa różne dżem herbata owocowa	200ml 60g 8g 15g 50g 8g 200ml	Zupa OGÓRKOWA ZAPIEKANKA MAKARONOWA MALINY KOMPOT OWOCOWY	250ml 220g 90g 200ml	KANAPECZKI LEMONIADA <i>owoc sezonowy</i>	200g 200ml 35g
23.08.2022 Wtorek	 STÓŁ SZWĘDZKI		Zupa BROKUŁOWA /seler POŁĘDWICZKI w sosie wł. Kalafior z maselkiem kasza Lemoniada Brzoskwinia ufo	200ml 220g 100g 200ml 30g	JOGURT OWOC PIECZYWKO Z MASEŁKIEM OWOCE	150g 250 ml
24.08.2022 Środa	Kasza manna na mleku /mleko/ pieczywo mieszane/zboża masło extra/roślinne JAJKO GOT. papryka, ogórek, ogórek kiszony, herbata czarna z miodem	200ml 60g 8g 15g 15g 30g 250 ml	Zupa grochowa Gulasz z szynki wp. z warzywami buraczki zasmażane ziemniaki Woda cytrynowa	200ml 220 g 90g 200ml	GALARETKA POMARAŃCZOWA CIASTECZKO Herbatka CZARNA owoc	70g 200ml 30g
25.08.2022 Czwartek	INKA z mlekiem/mleko Pieczywo mieszane Maselko extra/roślinne Wędlin Dżem, Pomidor, Rzodkiewka, sałata herbata z miodem i cytry	200ml 45g 8g 5g 10g 5g 15g 15g 5g 200ml	Zupa SZPINAKOWA KOTLET Z INDYKA W PANIERCE Ziemniaki, surówka wielowarzywna Herbata czarna truskawki	200ml 220g 200ml 30g	ROGALIK OWOC SOK	200ml 45g 200 ml
26.08.2022 Piątek	Makaron mleku /mleko Pieczywo mieszane Wędlinka wp. ser żółty, maselko/roślinne dżem truskawka, WARZYWA Herbata owocowa	200ml 45g 10 g 5g 8g 5g 200ml	ROSÓŁ /mleko, seler RYBA SMAŻONA , /ryby / ziemniaki mizeria KOMPOT Z TRUSKAWKI	200ml 250g 90 g 200ml	Ciasto marchewkowe Owoc herbata czarna z cytrynką	60 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



JADŁOSPIS MOŻE SIĘ ZMIENIĆ ZE WZGLĘDU NA ILOŚĆ DZIECI

STÓŁ SZWEDZKI:

- RUKOLA
- SAŁATA,
- SZCZYPIOR,
- POMIDOR,
- POMIDORKI KOKTAJLOWE,
- OGÓREK ŚWIEŻY,
- OGÓREK KWASZONY,
- PAPRYKA,
- OLIWKI,
- WĘDLINA DROBIOWA,
- WĘDLINA WIEPRZOWA
- PASZTET,
- KABANOSY DROBIOWE I W/P,
- SER ŻÓŁTY GOUDA
- SER ŻÓŁTY WĘDZONY,
- TWAROŻEK ,
- ALMETTE,
- DŻEM (3 SMAKI),
- MIÓD,
- MASEŁKO,
- PRODUKTY BEZ LAKTOZY,
- MLEKO SOJOWE,RYŻOWE
- MLEKO 2%

.....

- PIECZYWO:
ORKISZOWE,RAZOWE, 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 ☺