

31 PAŹDZIERNIK- 4 listopad 2022



Data	Śniadanie		Obiad		Podwieczorek	
31.10.2022 poniedziałek	Płatki ryżowe/mleko Pieczywo mieszane/zboża Masło extra/roślinne Wędlina, ser żółty Papryka, ogórek herbata Owoc	200ml 45g 5g 10g 20-30g 200ml	Zupa jarzynowa Ryż z jabłkiem Surówka Banan	250ml 220 g 90g 200ml	Kolorowe Kanapeczki Herbata owoc	150g 200ml 90g
2.11.2022 środa	Kakao /mleko/, pieczywo mieszane/zboża papryka, ogórek, pomidor herbata czarna z miodem Owoc	200ml 45g 30g 200ml 30g	Krem Kapuśniak /seler Makaron z serem i truskawkami galaretka do picia owoc	200- 250ml 220g 100g 200ml 30g	Mus owocowy herbatniki herbata	50g 30g 250 ml
3.11.2022 Czwartek	STÓŁ SZWEDZKI MIX OWOCÓW	50g	Zupa Zacierkowa/ mleko, seler Kotlet Schabowy Ziemniaki, mizeria Kompot śliwkowy	200ml 220 g 90g 200ml	Zapiekanki z serem i szynką herbata z cytryną	150g 200ml
4.11.2022 piątek	Cini mini na mleku/mleko Pieczywo mieszane/zboża Maselko extra/roślinne Salatka Jarzynowa, wędlina Rukola, czarnuszka, pomidor herbata z melisą OWOC	200ml 45g 5g 10g 5g 200ml	Zupa pomidorowa /gluten Gulasz drobiowy z ryżem Pączek Sok słomka owoc	250ml 220g 80g 200ml 30g	Serek Ciastko zbożowe z żurawiną Lemoniada	150g 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 ulec ZMIANIE Z POWODU DOTĘPNOŚCI PRODUKTÓW DO PRZYGOTOWANIA POSIŁKU

