

14 listopad -18 listopad 2022



Data	Śniadanie		Obiad		Podwieczorek	
14.11.2022 Poniedziałek	KLUSKI lane na mleku /mleko Pieczywo mieszane Masło extra/roślinne Ser biały Miód, sałata, szczypior, rzodkiewki, ogórek herbata owocowa gruszka/KAKI	200ml 45g 5g 20g 20-30g 200ml 40g	Krem z Brokuł/seler/mleko <i>(brokuły świeże, indyk, włoszczyzna świeża, przyprawy, groszek ptysiowy, śmietana lub bez)</i> SCHAB W sosie koperkowym <i>(schab, koper, mąka, marchew, pietruszka,)</i> ziemniaki – 100g Surówka z kapusty pekińskiej (kapusta, marchew, jabłko, kukurydza, przyprawy, oliwa z oliwek) Kompot z jabłka gruszka	250ml 150 g 90g 200ml	BUDYŃ Bułka z dżemem/zboża Herbata czarna z cytryną	150g 45g 200ml
15.11.2022 Wtorek	Płatki kukurydziane z mlekiem/mleko/zboża pieczywo mieszane/zboża parówka, ketchup ser żółty papryka, ogórek, pomidor herbata czarna z miodem mandarynka	200ml 45g 10g 5g 10g 30-40g 200ml	Zupa SHREK /seler <i>(włoszczyzna świeża, szpinak, ryż paraboliczny, natka pietruszki, wywar mięsny)</i> Pałka z kurczaka w ziołach <i>(marynata z ziół, papryki, sól, pieprz, oliwa z oliwek)</i> Ziemniaki Marchewka z jabłkiem i porem Kompot ze śliwki mandarynka	250ml 220g 100g 200ml 30g	Kanapka z wędliną warzywa Herbata	50g 30g 250 ml
16.11.2022 Środa	STÓŁ SZWEDZKI MIX OWOCÓW	50g	ŻUREK z ziemniakami/ mleko, seler <i>(żur, włoszczyzna świeża, natka, cebula, indyk+kurczak)</i> RYŻ z jabłkiem i cynamonem <i>(ryż, jabłka, cynamon, jogurt nat.,)</i> Jogurt do picia herbata z cytryną	200ml-250 220 g 90g 200ml	Serek waniliowy WAZA - pieczywo herbata owocowa	70g 200ml
17.11.2022 Czwartek	Kasza manna z dynią/mleko Pieczywo mieszane/zboża Maselko extra/roślinne Jajko gotowane/wędliną warzywa herbata malinowa banan	200ml 45g 5g 1/2 30-40g 200ml 50g	Zupa grochowa/seler <i>(groch, włoszczyzna świeża, ziemniaki, majeranek, przyprawy, wywar mięsny)</i> PIEROGI Z SEREM/gluten/mleko/ Warzywa Galaretkę do picia banan	200ml-250 220g 100g 200ml 80g	Zapiekanka z serem, warzywami, ketchup Herbata z miodem	150g 5g 30g 200ml
18.11.2022 Piątek	PŁATKI ryżowe /mleko, zboża/, masło Pieczywo mieszane/zboża Wędliną, dżem WARZYWA Herbata owocowa Mix owoców	200ml 5g 45 g 5g 5g 20-30g 200ml 30g	POMIDOROWA Z MAKARONEM/ mleko, seler (włoszczyzna świeża, mięso z indyka i kurczak, przyprawy, lubczyk, natka, śmietana, koncentrat, passata pomidorowa) RYBA PIECZONA z ziemniakami/gluten, mleko, jajko / (ryba dorsz, jajko, bułka tarta) Surówka z ogórka kiszzonego (ogórek, cebula, oliwa z oliwek) Herbata	200-250ml 250g 100 g 200ml	Kisiel biszkopty owoc sezonowy	100g 10g 30g

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 ZMIANOM Z POWODU DOTĘPNOŚCI PRODUKTÓW DO PRZYGOTOWANIA POSIŁKU