

28 listopad -2 grudzień 2022



Data	Śniadanie		Obiad		Podwieczorek	
28.11.2022 Poniedziałek	<b>Płatki ryżowe /mleko</b> <b>Pieczywo mieszane</b> <b>Masło extra/roślinne</b> <b>Mięsko pieczone , sałata,</b> <b>szczypior, pomidor</b> herbata owocowa <b>malina</b>	200ml 45g 5g 20g 20-30g 200ml 40g	<b>ZUPA ogórkowa /seler/mleko</b> (brokuł, indyk, włoszczyzna świeża, przyprawy, prażony słonecznik, grzanki, śmietana lub bez) <b>MAKARON Z TRUSKAWKAMI</b> HERBATA CZARNA SZ: OWOC	250ml  200 g 200ml	Zapiekanki/zboża ketchup Herbata czarna z cytryną	150g 5g 200ml
29.11.2022 Wtorek	Płatki cini minis z mlekiem/mleko/zboża pieczywo mieszane/zboża <b>Pasta z awokado i twarożku</b> <b>miód/dżem</b> herbata czarna z miodem Winogrona bezpestkowe	200ml 45g 100g 30g 200ml 30-40g	<b>Krem z brokuł/seler</b> (włoszczyzna świeża, ogórki kiszane, makaron, natka pietruszki, wywar mięsny) <b>SPAGETTI</b> Lemoniada Sz: banan	250ml  200g 200ml 80g	Budyń czekoladowy herbatniki  LEMONIADA owoce	150g  250 ml
30.11.2022 Środa	Płatki kukurydziane/mleko <b>Pieczywo mieszane/zboża</b> <b>Maselko extra/roślinne</b> <b>Jajko gotowane</b> <b>warzywa</b> herbata malinowa <b>banan</b>	200ml 45g 5g 1/2 30-40g 200ml 50g	<b>ROSÓŁ / seler</b> <b>KOTLET POŻARSKI DROBIOWY</b> MARCHEWKA NA CIEPŁO ZIEMNIACZKI MUS OWOCOWY	200ml-250  220 g 200ml	Kanapka z wędlinką i warzywami SOK	70g 200ml
01.12.2022 Czwartek	<b>STÓŁ SZWEDZKI</b> <b>OWOCE</b>		<b>Zupa BARSZCZ UKRAIŃSKI/seler</b> (fasola, buraki, włoszczyzna świeża, ziemniaki, majeranek, przyprawy, wywar mięsny) <b>LENIWE Z KALAFIOMEM NA</b> <b>PARZE</b> Sok jabłkowy owoc	200ml-250  220g 100g 200ml 80g	kisiel paluch kukurydziany <b>owoc</b>	150g 5g 30g 200ml
02.12.2022 Piątek	Kasza manna /mleko, zboża/, masło <b>Pieczywo mieszane/zboża</b> <b>Wędlina, ser żółty</b>  <b>dżem</b> <b>WARZYWA</b> Herbata owocowa Mix owoców	200ml 5g 45 g 5g 5g 20-30g 200ml 30g	<b>Zupa koperkowa/ mleko, seler</b> (włoszczyzna świeża, mięso z indyka i kurczak, przyprawy, lubczyk, natka, śmietana, koper) <b>Ryba z ziemniakami/gluten, mleko, jajko /</b> (ryba dorsz, jajko, bułka tarta) <b>Surówka z kapusty kiszanej lub ogórek</b> <b>kiszony</b> Herbata	200-250ml  250g 100 g 200ml	<b>Serek Danio</b> <b>Buteczka</b> <b>herbata</b>	100ml-

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**

