

16 styczeń - 20 styczeń 2023



| Data | Śniadanie | | Obiad | | Podwieczorek | |
|----------------------------|--|---|--|--|--|-----------------------|
| 16.01.2023 Poniedziałek | <i>Płatki kukurydziane na mleku/mleko</i> <i>Bułka z serem żółtym</i> <i>Pomidor, rzodkiewka</i> <i>herbata</i> <i>10:00 banan</i> | 200ml 45g 50g 200 ml 20-30g | ZUPA jarzynowa / <i>seler</i> GOŁĄBEK BEZ ZAWIJANIA Ziemniaki SURÓWKA WIELOWARZYWNA <i>KOMPOT Z WIŚNI</i> <i>Sz: kiwi</i> | 250ml 220 g 100g 100g 200ml | Ciasto marchewkowe Galaretka cytrynowa borówki | 150g 200 ml 30g |
| 17.01.2023 Wtorek | Shake owocowy / <i>mleko</i> / <i>Szab pieczony na miejscu</i> <i>,masło</i> <i>pieczywo mieszane/zboża</i> <i>warzywa świeże</i> <i>herbata czarna z miodem</i> <i>10:00 kiwi</i> | 200ml 100g 8g 45g 30g 200ml 30g | ROSÓŁ / <i>seler</i> NALEŚNIKI Z SEREM polewa z jogurtów greckich i rodzynek Mus owocowy | 250ml 250g 100g 100ml | Tost Owoce lemoniada | 150g 40g 250 ml |
| 18.01.2023 środa | <i>STÓŁ SZWEDZKI</i> <i>MIX OWOCÓW</i> <i>10:00 talerz z owocami lub warzywami</i> | 50g | <i>Zupa Ogórkowa/ mleko, seler</i> Makaron z truskawkami Woda z cytryną i miętą <i>Sz: banan</i> | 250ml 250g 250ml 90g | Mus owocowy Ciasto drożdżowe Woda cytrynowa | 150g 45g 200ml |
| 19.01.2023 czwartek | <i>kakao na mleku</i> <i>Pieczywo mieszane/zboża</i> <i>Maselko extra/roślinne</i> <i>Pasta z tuńczyka</i> <i>Warzywa</i> <i>herbata czarna</i> <i>10:00 gruszka</i> | 250ml 45g 8g 20 50g 200ml | Zupa KAPUŚNIAK / <i>mleko</i> Gulasz drobiowy. z kaszą Ogórek kiszony <i>Herbata czarna</i> <i>Sz: gruszka</i> | 250ml 220g 100g 200 ml 40g | Budyń Bagietka z masłem Herbata owocowa | 150g 40g 200 ml |
| 20.01.2023 Piątek | <i>Cini minis na mleku/ mleko/zboża</i> <i>Buleczki z miodem lub dżemem</i> <i>warzywa</i> <i>10:00 pomarańcza</i> | 250g 60g 30-40g | Zupa Barszcz biały z jajkiem Dorsz po grecku Ziemniaki Surówka z kapusty Galaretka do picia <i>Sz: mandarynka</i> | 250ml 150g 100g 100 g 250ml 80g | Kanapki z wędliną i warzywami Herbata czarna | 150g 200 ml |

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

Zapewniam Państwa, że powyższy jadłospis jest zgodny ze stanem faktycznym, najczęściej zmiany są minimalne np. owoc, warzywa czy zmiana zupy inne spowodowane są z niedostarczeniem przez dostawcę w określonym czasie lub braku na magazynie.

