

Jadłospis dla dzieci SP. 14.11-18.11.2022 r.**PONIEDZIAŁEK**

Zupa grysikowa na rosole	100 Kcal.
Gulasz z mięsa drobiowego	260 Kcal.
Ziemniaki	140 Kcal.
Ogórek kiszony	15 Kcal.
Kompot	35 Kcal.
ALERGENY: 1,7,9	

WTOREK

Zupa pomidorowa z makaronem.	95 Kcal.
Makaron łazanki z mięsem, kielbasą, kapustą białą i kiszoną.	320 Kcal.
Kompot.	35 Kcal.
ALERGENY:1,3,7,9	

ŚRODA

Zupa kalafiorowa z ziemniakami	100 Kcal.
Ryż paraboliczny na mleku z prażonymi jabłkami i cynamonem	290 Kcal.
Kompot.	35 Kcal.
ALERGENY:1,3,7,9	

CZWARTEK

Zupa koperkowa z ryżem	95 Kcal.
Pulpety z mięsa mielonego drobiowego-wieprzowego	240 Kcal.
kluski śląskie	140 Kcal.
Surówka z czerwonej kapusty	55 Kcal.
Kompot.	35 Kcal.
ALERGENY:1,3,7,9	

PIĄTEK

Zupa ogórkowa z ryżem	100 Kcal.
paluszki rybne	260 Kcal.
ziemniaki	140 Kcal.
surówka z marchewki	45 Kcal.
Kompot	35 Kcal.
ALERGENY:1,3,4,7,9	

Jadłospis dla dzieci SP. 21.11-25.11.2022 r.**PONIEDZIAŁEK**

Zupa pomidorowa z ryżem	110 Kcal.
Potrawka z kurczaka	260 Kcal.
kasza	140 Kcal.
Buraczki	50 Kcal.
Kompot.	35 Kcal.
ALERGENY: 1,3,7,9	

WTOREK

Zupa koperkowa z ryżem	95 Kcal.
Stripsy z kurczaka	160 Kcal.
Ziemniaki	145 Kcal.
Salata zielona ze śmietaną	50 Kcal
Kompot.	35 Kcal.
ALERGENY:1,3,5,7,8,9	

ŚRODA

Zupa kapuśniak z ziemniakami	110 Kcal.
Makaron spaghetti z sosem mięsno- pomidorowym.	330 Kcal.
Kompot.	35 Kcal.
ALERGENY:1,3,7,9	

CZWARTEK

Rosół z makaronem.	110 Kcal.
Pieczeń z fileta drobiowego w sosie własnym	260 Kcal.
Ziemniaki.	145 Kcal.
Surówka z białej kapusty	55 Kcal.
Kompot.	35 Kcal.
ALERGENY:1,3,7,9	

PIĄTEK

Barszcz czerwony zabieleny z ziemniakami ok	120 Kcal.
Naleśniki z serem	420 Kcal.
Kompot.	35 Kcal.
ALERGENY:1,3,7,9	

Jadłospis dla dzieci SP. 28.11-30.11.2022 r.

PONIEDZIAŁEK

Zupa Żurek zabielały z ziemniakami	110 Kcal.
Pierogi z serem z cukrem i śmietaną	400 Kcal.
Kompot.	35 Kcal.
ALERGENY:1,3,7,9	

WTOREK

Zupa krem z dyni	110 Kcal.
Filet z kurczaka z cebula	160 Kcal.
Ziemniaki	145 Kcal.
surówka z marchewki z jabłkiem	50 Kcal
Kompot.	35 Kcal.
ALERGENY:1,3,7,9	

ŚRODA

Zupa krupnik z kaszą	110 Kcal.
Kotlet mielony	260 Kcal.
Ziemniaki	145 Kcal.
mizeria ze śmietaną	45 Kcal
Kompot.	35 Kcal.
ALERGENY:1,3,7,9	