

JADŁOSPIS

od dnia 21.10.24 r. do dnia 25.10.24 r.

W jadłospisie stołówki szkolnej zostaną wyszczególnione produkty, które mogą powodować alergie lub reakcje nietolerancji (zostaną zaznaczone pogrubioną czcionką)

Poniedziałek 21.10.24r.	Zupa ziemniaczana, pieczywo mieszane(seler, chleb pszenno-żytni , ziemniaki, pietruszka zielona, wywar warzywno- drobiowy)250g 205 kcal Makaron z serem (jajka, mąka pszenna, twaróg półtłusty, masło, cukier)200g 345kcal Kompot (mieszanka kompotowa, cukier)250ml 60kcal Banan 120g 116kcal
Wtorek 22.10.24r.	Zupa jarzynowa z kluseczkami(seler, śmietana 18%, jajka, mąka pszenna , wywar warzywno- drobiowy, pietruszka zielona, fasolka żółta, fasolka zielona, kalafior) 250g 205kcal Zapiekanka z ziemniakami, kiełbasą, warzywami(śmietana 18% , kiełbasa, gorczyca , ziemniaki, cebula, pomidory, ogórki kiszane, pieczarki, ser żółty , szczypiorek, ketchup)250g 320kcal Soczek owocowy 200g 60kcal
Środa 23.10.24r.	Krupnik(seler , ziemniaki, kasza jęczmienna , wywar warzywno- drobiowy)150g 190kcal Łazanki z kapusta(kapusta biała, cebula, kapusta kiszona, mąka pszenna, jajko , boczek,)250g 285kcal Herbata z cytryną i miodem(herbata, cytryna, miód)250ml 69kcal
Czwartek 24.10.24r.	Zupa grysikowa(seler , wywar warzywno- drobiowy, kasza manna) 250g 205 kcal Paprykarz drobiowy(mąka pszenna , filet z kurczaka, papryka, pomidory, olej rzepakowy, cebula, czosnek, jajka)150g 206kcal Ziemniaki 180g 140kcal Sałata zielona z rzodkiewką(śmietana 18% , sałata zielona, rzodkiewka, kukurydza)80g 50kcal Kompot wiśniowo-jabłkowy(wiśnia, cukier, jabłko)250ml 60kcal
Piątek 25.10.24r.	Zupa porowa z makaronem(seler, śmietana 18%, jajka , por, mąka pszenna , pietruszka zielona)250g 195kcal Ryba panierowana(filet rybny z miruny , czosnek, olej rzepakowy, przyprawy ziołowe, bulka tarta, mąka pszenna)90g 360kcal Ziemniaki 180g 140kcal, Ogórek kiszony 80g 40 kcal Kompot (mieszanka kompotowa, cukier)250ml 60kcal