




JADŁOSPIS



18.09- 22.09.2023

OBIAD

<p>PONIEDZIAŁEK 18-09</p> 	<p>Zupa grochowa z ziemniakami (seler) 300ml, Makaron (pszenica) z owocami (borówka, banan) 150g/50g, Z jogurtem greckim i serem białym (mleko)70g kompot z gruszek i jabłek z cynamonem 200ml, Ciastka fit 1szt (pszenica ,orkisz, jęczmień, orzechy)</p>
<p>WTOREK 19-09</p> 	<p>Kalafiorowa z makaronem (seler ,pszenica ,mleko) 300 ml Ziemniaki z koperkiem 150g(mleko) kotlety mielone (pszenica, jajko) 100g, Buraczki czerwone z papryką 70 g, Kompot z rabarbaru 200ml, Nektaryna 1szt</p>
<p>ŚRODA 20-09</p> 	<p>Krem z pomidorów z pestkami dyni (seler) 300ml Ryż ze szczypiorkiem 150g, kurczak w sosie słodko -kwaśnym 150g sok tłoczony: jabłko marchewka cukinia cytryna150ml mandarynka 1szt</p>
<p>CZWARTEK 21-09</p> 	<p>Zupa wiejska z ogórkiem kiszonym (seler) 300ml Kluski śląskie z cebulką (jajko) 150g Porcja mięsa wieprzowego z sosem własnym 100g/30ml (pszenica) Surówka z pora i jabłek w jogurcie (mleko) 70g Kompot z truskawek 200ml, Mus owocowy 1szt</p>
<p>PIĄTEK 22-09</p> 	<p>Zupa solferino (mleko) 300ml Ziemniaki z koperkiem (mleko) 150g Nuggetsy rybne (pszenica, jajko) 100g sos majonezowo czosnkowy (jajko, gorczyca) 5g surówka z kapusty kiszonej 60g kompot wiśni 200ml, melon różowy 100g</p>
<p>W szkole używa się: zboża zawierające gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasiona sezamu, orzechy. Każda potrawa może zawierać śladowe ilości wyżej wymienionych alergenów. Szkoła zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie z przyczyn technologicznych i losowych. Do przygotowywania potraw na ciepło używamy oleju rzepakowego, natomiast do surówek i sałatek oleje nierafinowane: oliwa z oliwek, rzepakowy, lniany.</p>	