

Jadłospis szkolny od 16,09 - 20.09.24

Poniedziałek – Kapuśniak ze słodkiej kapusty z kminkiem 300ml, Chrupiąca pierś z kurczaka 100g, ziemniaki z masłem i koperkiem 100g, surówka: marchewka z pomarańczą 80g, Lemoniada cytrynowo – miodowa 200ml, Jabłko 1 sztuka (seler, mleko, jaja, pszenica)

Wtorek – Zupa kalafiorowa z makaronem 300ml, Gulasz wieprzowy z cukinią, papryką i cebulą 100g, kasza gryczana 100g, buraczki z cebulą 80g, Kompot truskawkowo – jabłkowy z cynamonem 200ml, Gruszka 1 sztuka (seler, mleko, gorczyca, jaja)

Środa – Zupa ziemniaczana z bekonem 300ml, Makaron z twarogiem, borówkami, ananasem i jogurtem o smaku mango 220g + 80ml, Słoneczny (sok tłoczony) 150ml, Ciastko owsiane 1 sztuka (seler, mleko, orzechy, owies, jęczmień)

Czwartek – Rosół królewski z makaronem 300ml, Pulpety z indyka w sosie pomidorowym 100g, ryż 100g, zielona sałata z ogórkiem, rzodkiewką i aromatycznym sosem winegret 80g, Kompot jabłkowo – wiśniowy słodzony miodem lipowym 200ml, Banan 1 sztuka (seler, mleko, jęczmień)

Piątek – Zupa koperkowa z kaszą jaglaną zabieleną śmietanką 300ml, Miruna panierowana 100g z sosem jogurtowym 30g, ziemniaki z masłem i koperkiem 100g, surówka z czerwonej kapusty 80g, Woda pomarańczowa z goździkami 200 ml, Mus owocowy 1 sztuka (seler, mleko, pszenica, jaja)

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 technicznych lub losowych. Do przygotowywania potraw na ciepło używamy oleju rzepakowego, natomiast do sałatek oleje nierafinowane: oliwa z oliwek, rzepakowy, lniany.