

JADŁOSPIS DEKADOWY OD 01.09.2020r. DO 11.09.2020r.

WTOREK 01.09.2020r.

ŚNIADANIE: chleb(35g) z masłem i białym serem(10g), kawa mleczna(150g), napar z herbaty owocowej(150g), papryka(20g)

OBIAD: zupa ogórkowa (235g), sos truskawkowy(80g), ryż(100g), , napój z soku tłoczonego(200g)

PODWIECZOREK: kanapka z chleba ziarnistego z wędliną drobiową(40g), pomidor (10g), napar z herbaty z sokiem(200g)

ŚRODA 02.09.2020r.

ŚNIADANIE: chleb pełen ziaren (35g) z masłem(5g) i paprykarzem rybnym - wyrób własny(10g), kakao na mleku(150g), napar z herbaty ziołowej(150g), rzodkiewka(10g)

OBIAD: zupa rosolnik z kaszką manną (235g), kotlety z mięsa mielonego (80g), ziemniaki purre z koperkiem(100g), gotowana żółta fasolka(80g)

PODWIECZOREK: bio serek- 120g , wafle jaglane(10g), winogrono(20g)

CZWARTEK 03.09.2020r.

ŚNIADANIE: bułka graham(35g) z masłem(5g) i parówką(10g) ogórek (20g), kawa mleczna (150g), napar z herbaty z cytryną(150g)

OBIAD: zupa grochówka (235g), kaszotto z mięsem z szynkówki i warzywami (100g) , napój z soku tłoczonego(200g)

PODWIECZOREK: placek czekoladowy- wyrób własny(80g), arbuza (20g), napar z herbaty z sokiem(200g)

PIĄTEK 04.09.2020r.

ŚNIADANIE: rogale (35g) z masłem i z miodem (10g), mleko(150g), napar z herbaty owocowej(150g), jabłko (20g)

OBIAD: zupa z pomidorowa z makaronem (235g), jajko smażone(80g), ziemniaki (100g), (70g) , gotowany szpinak(80g), napój z soku tłoczonego(150g)

PODWIECZOREK: coctail owocowy – wyrób własny(180g) , bułka szkolna(40g)

PONIEDZIAŁEK 07.09.2020r.

ŚNIADANIE: bułka pszenna(35g) z masłem(5g), konfiturą malinową (10g), biała rzepa (10g), kawa mleczna (150g), napar z herbaty z miętowej (150g)

OBIAD: zupa rosół z makaronem (235g), ziemniaki(100g), kotlet drobiowy w sezamie

(60g), mizeria (80g), napój z soku tłoczonego(200g)

PODWIECZOREK: bio jogurt naturalny(120g), banan(20g)

WTOREK 08.09.2020r.

ŚNIADANIE: zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi (200g), **chleb(35g) z masłem(5g) i pastą z mięsa(5g)**, pomidor(20g), napar z herbaty z cytryną(200g)

OBIAD: zupa marchwianka(235g), **szpecele z skwarką mięsa (100g)** , napój z soku tłoczonego(200g)

PODWIECZOREK: budyń czekoladowy – wyrób własny(200g), borówka(20g)

ŚRODA 09.09.2020r.

ŚNIADANIE: chleb(35g) z masłem(5g) i pastą z soczewicy (10g), kakao na mleku(150g), napar z herbaty owocowej(150g), ogórek (10g)

OBIAD: zupa kalafiorowa(235g), kiełbasa w szarym sosie(100g), ziemniaki (100g), surówka z kiszanej kapusty(50g), napój z soku tłoczonego(200g)

PODWIECZOREK: chalka masłem (100g), napar z herbaty(200g), arbuz(40g)

CZWARTEK 10.09.2020r.

ŚNIADANIE: chleb pełen ziaren(35g) z masłem(5g) i kiełbasą krakowską (20g), kawa mleczna(150g), napar z herbaty ziołowej(150g), rzodkiewka(10g)

OBIAD: zupa krem szpinakowa z grzankami (235g), gulasz z łopatki(60g), kasza pęczak (100g), ogórek kiszony(60g), napój z soku tłoczonego(150g)

PODWIECZOREK: kisiel truskawkowy (50g), wafle pszenne(20g)

PIĄTEK 11.09.2020r.

ŚNIADANIE: chleb(35g) z masłem (5g) i jajkiem gotowanym, papryka (10g), zupa mleczna z płatkami jaglanymi(150g), napar z herbaty owocowej(150g)

OBIAD: zupa kapuśniak (235g), paluszki z mintaja z piekarnika(60g), ziemniaki(100g), surówka z marchewki(80g), napój z soku tłoczonego(150g)

PODWIECZOREK: sernik(80g), kiwi (20g), napar z herbaty z sokiem(200g)