JADŁOSPIS

06.12.2021r. - 22.12.2021r.

Klasy I – III i IV – VIII

Poniedziałek 06.12.2021 r.		
Zupa barszcz biały z ziemniakami(**seler, laktoza, gluten),** Ryż z jogurtem i truskawkami (**laktoza, gluten, jajka**), Jogurt pitny, Kompot wieloowocowy	200 g 150 g 200 g	94 kcal 249 kcal 88 kcal
Wtorek 07.12.2021 r.		
Zupa brokułowa z ryżem **(laktoza, gluten, seler**), Makaron tagiatelle z sosem drobiowo pieczarkowym i pesto (**orzechy, gluten, laktoza**), Tarta marchew z chrzanem (**laktoza, cytrusy**), Kompot wieloowocowy	200 g 240 g 50 g 200 g	168 kcal 412kcal 76 kcal 88 kcal
Środa 08.12.2021 r.		
Zupa grysikowa (**gluten, laktoza, seler**), Naleśniki z serem i bakaliami oraz bitą śmietaną i czekoladą (**laktoza, gluten, orzechy**), Jogurt, Kompot wieloowocowy	200 g 250 g 200 g	110 kcal 386 kcal 88 kcal
Czwartek 09.12.2021 r.		
Zupa ziemniaczana (**laktoza, gluten, seler**), Kasza jęczmienna z koperkiem (**gluten**), Gulasz wieprzowy (**gluten**), Surówka z kiszonych ogórków, papryki i cebuli z miodem (**miód**), Kompot wieloowocowy	200 g 100 g 100 g 50 g 200 g	125 kcal 85 kcal 146 kcal 68 kcal 88 kca
Piątek 26.11.2021 r.		
Zupa pomidorowa z makaronem (**laktoza, gluten, seler**), Ziemniaki z koperkiem (**laktoza**), Placuszki z ryby z sosem szpinakowo-serowym (**laktoza**), Surówka z kiszonej kapusty, Kompot wieloowocowy	200 g 130g 80g 50 g 200 g	125 kcal 100 kcal 209 kcal 35 kcal 88 kcal

Poniedziałek 13.12.2021r.		
Kapuśniak z ziemniakami (**gluten, seler**), Racuchy z sosem wiśniowym i bitą śmietaną, (**gluten, laktoza**), Jogurt, marchewka, Kompot wieloowocowy	200 g 220 g 200 g	198 kcal 389 kcal 88 kcal
Wtorek 14.12.2021 r.		
Zupa kalafiorowa z makaronem(**seler, gluten, laktoza**), Kasza jaglana z koperkiem (**gluten**), Pieczony filet z indyka w jarzynach (**seler, laktoza**), Surówka z kapusty czerwonej, Kompot wieloowocowy	200 g 130 g 100 g 50 g 200 g	125 kcal 155 kcal 144 kcal 55 kcal 88 kcal
Środa 15.12.2021 r.		
Zupa fasolowa z ziemniakami (**seler, gluten, laktoza**), Makaron z białym serem, cukrem i masłem (**gluten, laktoza**), Tarta marchew z jabłkiem (**cytrusy**), Kompot wieloowocowy	200 g 130 g 50 g 200 g	272 kcal 245 kcal 68 kcal 88 kcal
Czwartek 16.12.2021 r.		
Zupa pieczarkowa z zacierką (**gluten, seler, laktoza**), Ryż z kukurydzą i groszkiem (**gluten**), Klops wieprzowy w sosie pomidorowym, Surówka z selera (**cytrusy,seler,laktoza**), Kompot wieloowocowy	200g 130 g 80g 50g 200g	109 kcal 127 kcal 198 kcal 45 kcal 88 kcal
Piątek 17.12.2021 r.		
Zupa rybna z ziemniakami **(seler),** Ryż z prażonymi jabłkami, cukrem i cynamonem, bita śmietana **(laktoza,gluten),** Kompot wieloowocowy	200 g 130 g 200g	120 kcal 147 kcal 88 kcal

Poniedziałek 20.12.2021r.		
Krupnik z ziemniakami niezabielany (**gluten, seler**), Naleśniki z serem i brzoskwiniami z polewą czekoladową (**gluten, laktoza, jaja, kakao**), Marchewka, Kompot wieloowocowy	200 g 250 g 200 g	98 kcal 432 kcal 88 kcal
Wtorek 21.12.2021 r.		
Zupa pomidorowa niezabielana z kaszą jaglaną(**seler, gluten**), Ziemniaki z koperkiem (**laktoza**), Rolada schabowa z szynką i serem (**laktoza**), Duszona marchewka z groszkiem, Kompot wieloowocowy	200 g 130 g 80 g 50 g 200 g	123 kcal 100 kcal 93 kcal 55 kcal 88 kcal
Środa 22.12.2021 r.		
Barszcz czerwony z uszkami (**seler, gluten, laktoza**), Ziemniaki z koperkiem (**laktoza**), Ryba pieczona (**jaja, gluten**) Surówka z kiszonej kapusty, Kompot wieloowocowy	200 g 130 g 80 g 50 g 200 g	190 kcal 100 kcal 159 kcal 68 kcal 88 kcal

Jadłospis może ulegać modyfikacjom.
W jadłospisie wyróżniono produkty powodujące alergię.
Alergeny zgodnie z rozporządzeniem UE nr 1169/2011 z dnia 25.10.2011 r.