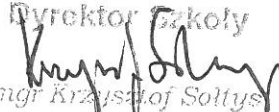


Data	Jadłospis	Norma		Kaloryczność		Produkty powodujące alergię
		Obiad		Obiad		
		Mały	Duży	Mały	Duży	
Poniedziałek 08.10.2018r.	Zupa żurek* Ryż z polewą truskawkową** Kompot	250ml 150g/100ml 250ml	400ml 250g/150ml 250ml	315kcal 349kcal	504kcal 557kcal	*seler, mąka żytnia, śmietana **śmietana, mleko
Wtorek 09.10.2018r.	Zupa grysikowa* Ziemniaki Stek w sosie myśliwskim** Sałatka z buraczków Kompot, owoc	250ml 150g 70g/100ml 75g 250ml	400ml 300g 100g/150ml 150g 250ml	142kcal 159kcal 316kcal 55kcal	228kcal 318kcal 459kcal 111kcal	*seler, kasza pszenna **mąka pszenna, jajka
Środa 10.10.2018r.	Zupa barszcz czerwony* Fasolka po bretońsku** Bułka*** Kompot, owoc	250ml 250g 50g 250ml	400ml 350g 80g 250ml	87kcal 385kcal 138kcal	140kcal 539kcal 221kcal	*mąka pszenna, śmietana, seler **mąka pszenna ***mąka pszenna
Czwartek 11.10.2018r.	Rosół* Ziemniaki Kotlet schabowy** Surówka z białej kapusty Kompot, owoc	250ml 150g 70g 50g 250ml	400ml 300g 100g 100g 250ml	107kcal 159kcal 247kcal 36kcal	172kcal 318kcal 353kcal 72kcal	*jajka, mąka pszenna, seler **mąka pszenna, jajka
Piątek 12.10.2018r.	Zupa krupnik* Ziemniaki Ryba panierowana** Surówka z kiszanej kapusty Kompot, owoc	250ml 150g 90g 50g 250ml	400ml 300g 135g 100g 250ml	110kcal 159kcal 247kcal 36kcal	176kcal 318kcal 371kcal 72kcal	*seler **mąka pszenna, jajka, ryba dorsz
Poniedziałek 15.10.2018r.	Zupa grochowa* Spaghetti Bolognese** Kompot, owoc	250ml 200g/125ml 250ml	400ml 300g/175ml 250ml	177kcal 420kcal	284kcal 609kcal	*seler **mąka pszenna, jajka
Wtorek 16.10.2018r.	Zupa ryżowa* Ziemniaki Kiełbasa pieczona w kapuście** Kompot, owoc	250ml 150g 80g/80g 250ml	400ml 300g 120g/150g 250ml	112kcal 159kcal 226kcal	180kcal 318kcal 361kcal	*seler **mąka pszenna
Środa 17.10.2018r.	Zupa pomidorowa* Ziemniaki Pierś panierowana** Marchewka z jabłkiem*** Kompot	250ml 150g 75g 50g 250ml	400ml 300g 100g 100g 250ml	105kcal 159kcal 187kcal 37kcal	168kcal 318kcal 250kcal 75kcal	*śmietana, jajka, mąka pszenna, seler **mąka pszenna, jajka ***śmietana
Czwartek 18.10.2018r.	Zupa kalafiorowa* Kasza jęczmienna** Pulpety z indyka w sosie pieczarkowym*** Surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem Kompot	250ml 150g 70g/100ml 50g 250ml	400ml 300g 100g/150ml 100g 250ml	105kcal 177kcal 308kcal 43kcal	168kcal 354kcal 392kcal 87kcal	*śmietana, mąka pszenna, seler **masło ***mąka pszenna, jajka
Piątek 19.10.2018r.	Zupa szczawiowa* Ziemniaki Kotlet rybny** Sałatka z ogórków i pomidorów Kompot, owoc	250ml 150g 70g 75g 250ml	400ml 300g 100g 100g 250ml	102kcal 159kcal 183kcal 28kcal	164kcal 318kcal 261kcal 38kcal	*śmietana, jajka, mąka pszenna, seler **mąka pszenna, jajka, ryba dorsz

****POTRAWY MOGĄ ZAWIERAĆ ŚLADOWE ILOŚCI GLUTENU, JAJ, MLEKA, SOI, ORZESZKÓW ZIEMNYCH, GORCZYCY I SEZAMU POCHODZĄCE Z PRZYPRAW

Dyrektor Szkoły

mgr Krzysztof Soltys