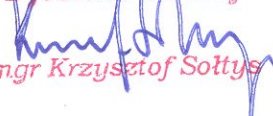


Data	Jadłospis	Norma		Kaloryczność		Produkty powodujące alergię
		Obiad		Obiad		
		Mały	Duży	Mały	Duży	
Poniedziałek 31.12.2018r.	WOLNE					
Wtorek 01.01.2019r.	WOLNE					
Środa 02.01.2019r.	Zupa ogórkowa* Fasolka po bretońsku**bułka*** Kompot, owoc	250ml 250g 50g 250ml	400ml 350g 80g 250ml	107kcal 385kcal 138kcal	172kcal 539kcal 221kcal	*śmietana, mąka pszenna, seler **mąka pszenna ***mąka pszenna
Czwartek 03.01.2019r.	Zupa ryżowa* Ziemniaki ** Kotlet mielony*** Sałatka z buraczków Kompot, owoc	250ml 150g 70g 50g 250ml	400ml 300g 100g 100g 250ml	112kcal 159kcal 200kcal 37kcal	180kcal 318kcal 286kcal 74kcal	*seler **masło **mąka pszenna, jajka
Piątek 04.01.2019r.	Zupa krupnik* Ziemniaki ** Kotlet rybny*** Surówka z kiszanej kapusty Kompot, owoc	250ml 150g 70g 50g 250ml	400ml 300g 100g 100g 250ml	110kcal 159kcal 183kcal 36kcal	176kcal 318kcal 261kcal 72kcal	*seler **masło ***mąka pszenna, jajka, ryba dorsz
Poniedziałek 07.01.2019r.	Zupa grochowa* Makaron z serem** Woda z cytryną, owoc	250ml 250g 250ml	400ml 350g 250ml	177kcal 467kcal	284kcal 654kcal	*seler **mąka pszenna, jajka, masło , twaróg
Wtorek 08.01.2019r.	Zupa grzybowa* Ryż ** Pulpety w sosie koperkowym*** Marchewka z jabłkami**** Woda z cytryną	250ml 150g 70/100mlg 50g 250ml	400ml 250g 100g/150ml 100g 250ml	80kcal 195kcal 265kcal 37kcal	128kcal 340kcal 386kcal 75kcal	*śmietana, mąka pszenna , seler **masło ***mąka pszenna, śmietana, jajka ****śmietana
Środa 09.01.2019r.	Zupa szczawiowa* Ziemniaki** Kotlet schabowy*** Kapusta zasmażana*** Kompot, owoc	250ml 150g 70g 90g 250ml	400ml 300g 100g 170g 250ml	102kcal 159kcal 247kcal 66kcal	164kcal 318kcal 353kcal 124kcal	*mąka pszenna, śmietana **masło ***mąka pszenna, jajka ****mąka pszenna
Czwartek 10.01.2019r.	Zupa barszcz czerwony* Kasza jęczmienna** Gulasz wieprzowy*** Ogórek konserwowy Kompot, owoc	250ml 150g 150g 50g 250ml	400ml 300g 200g 70g 250ml	87kcal 177kcal 295kcal 6kcal	140kcal 354kcal 394kcal 8kcal	*mąka pszenna, śmietana, seler **masło ***mąka pszenna
Piątek 11.01.2019r.	Zupa wiejska* Ziemniaki ** Ryba panierowana*** Surówka z białej kapusty Kompot, owoc	250ml 150g 70g 50g 250ml	400ml 300g 100g 100g 250ml	142kcal 159kcal 192kcal 36kcal	228kcal 318kcal 275kcal 72kcal	*mąka pszenna, jajka, seler **masło ***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 Sołtys