

Data	Jadłospis	Norma		Kaloryczność		Produkty powodujące alergię
		Obiad		Obiad		
		Mały	Duży	Mały	Duży	
Poniedziałek 10.06.2019r.	Zupa ogórkowa* Spaghetti bolognese** Woda z cytryną, owoc	250ml 200g/125ml 250ml	400ml 300/175ml 250ml	107kcal 420kcal	172kcal 609kcal	*seler, śmietana, mąka pszenna **mąka pszenna, masło, jaja
Wtorek 11.06.2019r.	Zupa wiejska* Ziemniaki ** Kotlet schabowy*** Surówka z białej kapusty Woda z cytryną, owoc	250ml 150g 70g 50g 250ml	400ml 300g 100g 100g 250ml	112kcal 159kcal 247kcal 36kcal	180kcal 318kcal 3853kcal 72kcal	*seler, jajka, mąka pszenna **masło ***mąka pszenna, jaja
Środa 12.06.2019r.	Zupa ryżowa* Ziemniaki ** Udko pieczone Sałata ze śmietaną*** Kompot, owoc	250ml 150g 50g 50g 250ml	400ml 300g 100g 100g 250ml	112kcal 159kcal 197kcal 22kcal	180kcal 318kcal 276kcal 44kcal	*seler **masło, ***śmietana
Czwartek 13.06.2019r.	Zupa kapuśniak* Ryż ** Pulpety z indyka w sosie pieczarkowym*** Ogórek konserwowy Kompot, owoc	250ml 150g 70g 70g/100m 50g 250ml	400ml 300g 100g 100g/150ml 70g 250ml	120kcal 195kcal 308kcal 6 kcal	192kcal 340kcal 392kcal 8 kcal	* seler, śmietana **masło ***mąka pszenna, jaja, śmietana, masło
Piątek 14.06.2019r.	Zupa krupnik* Ziemniaki ** Ryba panierowana*** Sałatka z ogórków i pomidorów Kompot, owoc	250ml 150g 70g 50g 250ml	400ml 300g 100g 100g 250ml	110kcal 159kcal 192kcal 28kcal	176kcal 318kcal 275kcal 38kcal	*kasza jęcz. ,seler **masło ***mąka pszenna, jaja, ryba dorsz
Poniedziałek 17.06.2019r.	Zupa rosół* Ziemniaki ** Kotlet mielony*** Mizeria **** Woda z cytryną , owoc	250ml 150g 70g 50g 250ml	400ml 300g 100g 100g 250ml	107kcal 159kcal 200kcal 27kcal	172kcal 318kcal 286kcal 36kcal	* mąka pszenna, seler, jajka **masło ***jajka, mąka pszenna ****śmietana
Wtorek 18.06.2019r.	Zupa pomidorowa* Ziemniaki ** Bigos Woda z cytryną, owoc	250ml 150g 250g 250ml	400ml 300g 350g 250ml	105kcal 159kcal 347kcal	168kcal 318kcal 486kcal	*mąka pszenna, jajka, śmietana, seler **masło

**** potrawy mogą zawierać śladowe ilości glutenu, jaj, soi, orzeszków ziemnych, mleka, gorczycy i sezamu pochodzące z przypraw.

Dyrektor Szkoły
Krzysztof Sołtyś
mgr Krzysztof Sołtyś