

Data	Jadłospis	Norma		Kaloryczność		Produkty powodujące alergię
		Obiad		Obiad		
		Mały	Duży	Mały	Duży	
Poniedziałek 07.10.2019	Zupa jarzynowa* Łazanki z kapustą i kiełbasą** Woda z cytryną, banan	250ml 260g 200ml	400ml 300g 200ml	120kcal 395kcal 185kcal	192kcal 456kcal 86kcal	*seler, śmietana, mąka pszenna **mąka pszenna, jajka, masło
Wtorek 08.10.2019	Zupa krupnik* Ziemniaki ** Kotlet schabowy*** Mizeria**** Woda z cytryną, jabłko	250ml 150g 70g 50g 200ml	400ml 300g 100g 100g 200ml	110kcal 159kcal 247kcal 18kcal 136kcal	176kcal 318kcal 353kcal 36kcal 86 kcal	*seler, kasza jęczmienna **masło ***mąka pszenna, jajka, ****śmietana
Środa 09.10.2019	Zupa makaronowa* Ziemniaki ** Udko pieczone Marchewka z jabłkiem*** Kompot	250ml 150g 125g 50g 200ml	400ml 300g 175g 100g 200ml	107kcal 159kcal 197kcal 37kcal 112kcal	172kcal 318kcal 276kcal 75kcal 112kcal	*mąka pszenna, jajka, seler **masło ***śmietana
Czwartek 10.10.2019	Zupa kapuśniak* Ryz** Pulpety z indyka w sosie pieczarkowym*** Buraczki Kompot, mandarynka	250ml 150g 70g/100ml 50g 200ml	400ml 250g 100g/150ml 100g 200ml	120kcal 195kcal 308kcal 37kcal 158kcal	192kcal 340kcal 392kcal 74kcal 112kcal	*seler, śmietana, mąka pszenna **masło ***mąka pszenna, jajka, śmietana
Piątek 11.10.2019	Zupa pomidorowa* Ziemniaki** Kotlet rybny*** Surówka z kiszanej kapusty Kompot, śliwka	250ml 150g 70g 50g 200ml	400ml 300g 100g 100g 200ml	105kcal 159kcal 183kcal 36kcal 161kcal	168kcal 318kcal 261kcal 72kcal 112kcal	*seler, mąka pszenna, śmietana, jajka **masło ***mąka pszenna, jajka, ryba dorsz
Poniedziałek 14.10.2019	DZIEŃ EDUKACJI					
Wtorek 15.10.2019	Zupa ryżowa * Ziemniaki ** Bigos Woda z cytryną, pomarańcza	250ml 150g 250g 200ml	400ml 300g 350g 200ml	112kcal 159kcal 347kcal 133kcal	180kcal 318kcal 486kcal 86kcal	* seler **masło
Środa 16.10.2019	Zupa pieczarkowa* Pyzy z mięsem** Czerwona kapusta z jabłkami Kompot, morela	250ml 250g 50g 200ml	400ml 350g 100g 200ml	100kcal 572kcal 43kcal 162kcal	160kcal 801kcal 87kcal 112kcal	*seler, śmietana, mąka pszenna ** jaja, masło
Czwartek 17.10.2019	Zupa barszcz czerwony* Kasza ** Boeuf strogonow*** Ogórek konserwowy Kompot, brzoskwinia	250ml 150g 150g 50g 200ml	400ml 300g 200g 70g 200ml	87kcal 177kcal 333kcal 6kcal 162kcal	140kcal 354kcal 444kcal 8kcal 112kcal	*seler, śmietana, mąka pszenna **masło ***mąka pszenna, masło, śmietana
Piątek 18.10.2019	Zupa szczawiowa* Ziemniaki** Ryba panierowana*** Sałatka z ogórków i pomidorów Kompot, banan	250ml 150g 70g 75g 200ml	400ml 300g 100g 100g 200ml	102kcal 159kcal 192kcal 28kcal 211kcal	164kcal 318kcal 275kcal 38kcal 112kcal	*seler, śmietana, mąka pszenna, jajka **masło ***mąka pszenna, jajka, ryba dorsz

1. potrawy mogą zawierać śladowe ilości glutenu, jaj, mleka, soi, orzeszków ziemnych, gorczycy i sezamu pochodzące z przypraw
2. ze względu na sezonowość i dostępność owoców zastrzegamy sobie prawo do zmian

Dyrektor Szkoły  
mgr Krzysztof Sołtys