

JADŁOSPIS klasy 0

PONIEDZIAŁEK 6.05.2024

ŚNIADANIE: Herbata owocowa 250ml, 2 kanapki: pieczywo mieszane 25g z masłem 10g, pasztet pieczony 40g, ogórek kiszony 30g (mleko, gluten, jajko)

OBIAD: Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, przecier pomidorowy, ryż, śmietana 18%, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, natka), Makaron z musem truskawkowym, białym serem i śmietaną 250g (makaron świder, truskawki, twaróg półtłusty, śmietana, mleko)
Kompot owocowy 250ml (mieszanka owocowa) (seler, gluten, jajko, mleko)

PODWIECZOREK: Mus jabłkowy

WTOREK 7.05.2024

ŚNIADANIE: Herbata z cytryną 250ml, 2 kanapki: pieczywo mieszane 25g z masłem 10g, szynka 40g, pomidor 30g (mleko, gluten)

OBIAD: Zupa pieczarkowa z makaronem 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, pieczarki, makaron, śmietana 18%, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, natka),
Ziemniaki z koperkiem 200g,
Pałka kurczaka pieczona 1szt (pałka kurczaka, olej rzepakowy, przyprawy),
Marchewka 100g,
Kompot owocowy 250ml (mieszanka owocowa) (seler, mleko, jajko, gluten)

PODWIECZOREK: Banan

ŚRODA 8.05.2024

ŚNIADANIE: Herbata z cytryną / płatki kukurydziane na mleku 250ml, kanapka: pieczywo mieszane 25g z masłem 10g, ser żółty 40g, sałata 10g (mleko, gluten)

OBIAD: Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (wywar warzywny, włoszczyzna, ziemniaki, kalafior, śmietana 18%, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, natka),
Kasza kuskus 150g,
Gulasz wieprzowy w sosie własnym 100g (szynka, wieprzowa, cebula, mąka pszenna, przyprawy, olej rzepakowy)
Surówka z ogórków kiszonych, jabłek i cebuli 100g (ogórek kiszony, jabłko, cebula, pieprz, oliwa),
Kompot owocowy 250ml (mieszanka owocowa) (seler, mleko, gluten)

PODWIECZOREK: Jabłko

CZWARTEK 9.05.2024

ŚNIADANIE: Herbata owocowa/ Kakao 250ml, kanapka: chałka 25g z masłem 10g, dżem truskawkowy niskosłodzony 20g (mleko, gluten)

OBIAD: Barszcz czerwony 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, ziemniaki, buraki, śmietana 18%, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, majeranek, natka),
Pierogi z mięsem i cebulką 250g (mąka pszenna, mięso wieprzowe, jajko, cebula, olej rzepakowy, przyprawy),
Colesław 100g (kapusta biała, marchewka, jabłko, majonez, pieprz)
Herbata z miodem i cytryną 250ml (herbata czarna, miód, cytryna) (mleko, seler, gluten, jajko)

PODWIECZOREK: jogurt waniliowy (mleko)

PIĄTEK 10.05.2024

ŚNIADANIE: Herbata z cytryną 250ml, 2 kanapki: pieczywo mieszane 25g z masłem 10g, pasta jajeczna ze szczypiorem 50g (mleko, gluten, jajko)

OBIAD: Krupnik jęczmienny 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, ziemniak, kasza jęczmienna, cebula, natka, liść laurowy, ziele ang., pieprz),
Ziemniaki z koperkiem 200g,
Filet z miruny panierowany 100g (miruna, bułka, jajko, przyprawy),
Surówka z czerwonej kapusty 100g (czerwona kapusta, jabłko, cebula, oliwa, sok z cytryny, pieprz),
Kompot jabłkowy 250ml (jabłka) (seler, gluten, jajko, ryba)

PODWIECZOREK: Jabłko

PONIEDZIAŁEK 13.05.2024

ŚNIADANIE: Herbata owocowa 250ml, 2 kanapki: pieczywo mieszane 25g z masłem 10g, szynka 40g, pomidor 30g (mleko, gluten)

OBIAD: Zupa z soczewicą 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, ziemniaki, czerwona soczewica, , liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, majeranek, natka),
Ryż z jabłkiem duszonym, cynamonem i śmietaną 250g (ryż, jabłko, cynamon, śmietana 18%),
Kisiel owocowy do picia (kisiel) 250ml (mleko, seler)

PODWIECZOREK: mini kajzerka z szynką i sałatą 1szt (gluten, mleko)

WTOREK 14.05.2024

ŚRODA 15.05.2024

CZWARTEK 16.05.2024

DNI WOLNE OD ZAJĘĆ DYDAKTYCZNO-NAUKOWYCH, EGZAMINY 8- KLASISTÓW

PIĄTEK 17.05.2024

ŚNIADANIE: Herbata owocowa 250ml, 2 kanapki: pieczywo mieszane 25g z masłem 10g, jajko gotowane 50g, ogórek zielony 30g (mleko, gluten)

OBIAD: Zupa zacierkowa 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, zacierka, cebula, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, natka),
Ziemniaki z koperkiem 200g
Paluszki rybne 100% filet 100g,
Surówka z kapusty kiszonej 100g (kapusta kiszona, marchew, jabłko, cebula, pieprz, oliwa)
Herbata z miodem i cytryną 250ml (herbata czarna, miód, cytryna) (gluten, seler, mleko, jajko, ryba)

PODWIECZOREK: ciasto cytrynowe (gluten, mleko, jajko)

Firma Rebus sp. z o.o. zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.