

JADŁOSPIS klasy 0

PONIEDZIAŁEK 20.05.2024

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

OBIAD: Zupa jarzynowa 300ml (wywar drobiowy, ziemniaki, marchew, kalafior, brokuł, fasolka, cukinia, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, natka),
Kluski leniwe z masłem i bułką 250g (ziemniaki, twaróg, mąka pszenna, jajko, masło roślinne, bułka tarta pszenna),
Surówka z marchewki z jabłkiem 100g (marchewka, jabłko, sok z cytryny, przyprawy),
Kompot owocowy 250ml (mieszanka owocowa) (mleko, gluten, jajko)

PODWIECZOREK: Chrupki kukurydziane bananowe

WTOREK 21.05.2024

ŚNIADANIE: Herbata z cytryną / Kakao z mlekiem 250ml, 2 kanapki: pieczywo mieszane 25g z masłem 10g, ser żółty 40g, sałata masłowa (mleko, gluten)

OBIAD: Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (wywar drobiowy, przecier pomidorowy, makaron, śmietana 18%, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, natka),
Ziemniaki z koperkiem 200g,
Kotlet mielony 100g (łopatka wieprzowa, jajko, bułka tarta, olej rzepakowy, przyprawy),
Mizeria 100g (ogórek zielony, jogurt naturalny, pieprz, sok z cytryny),
Kompot owocowy 250ml (mieszanka owocowa) (seler, gluten, mleko, jajko)

PODWIECZOREK: jogurt owocowy (mleko)

ŚRODA 22.05.2024

ŚNIADANIE: Herbata z cytryną / płatki na mleku 250ml, kanapka: pieczywo mieszane 25g z masłem 10g, szynka gotowana 40g, papryka 30g (mleko, gluten)

OBIAD: Kapuśniak z młodej kapusty 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, ziemniaki, młoda kapusta, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, koper),
Ryż paraboliczny 200g,
Filet z kurczaka w sosie koperkowym 100g (filet z kurczaka, koper, mąka, śmietana),
Brokuł gotowany 100g,
Kompot owocowy 250ml (mieszanka owocowa) (seler, gluten, mleko)

PODWIECZOREK: Jabłko

CZWARTEK 23.05.2024

ŚNIADANIE: Herbata z cytryną 250ml, 2 kanapki: pieczywo mieszane 25g z masłem 10g, parówki gotowane 100g, sos pomidorowy 20g (mleko, gluten)

OBIAD: Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, ziemniaki, ogórki kiszane, śmietana , pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, koper), Spaghetti Bolognese z mięsem i warzywami 250g (makaron spaghetti, łopatka wieprzowa, marchew, pomidory, cebula, przecier pomidorowy, oregano, pieprz), Kompot jabłkowy 250ml (jabłka) (seler, mleko, gluten, jajko)

PODWIECZOREK: Banan

PIĄTEK 24.05.2024

ŚNIADANIE: Herbata owocowa 250ml, 2 kanapki: pieczywo mieszane 25g z masłem 10g, pasta jajeczna ze szczypiorem 55g (mleko, gluten, jajko)

OBIAD: Zupa koperkowa z ryżem 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, ryż, koper, liść laurowy, ziele ang., pieprz), Puree ziemniaczane 200g, Filet z miruny panierowany 100g (miruna, bułka tarta, jajko, przyprawy), Jarzynki po grecku 100g (marchew, seler, pietruszka, por, przecier pomidorowy, przyprawy), Herbata z miodem i cytryną 250ml (herbata czarna, cytryna, miód) (gluten, seler, jajko, ryba)

PODWIECZOREK: Ciastka owsiane z żurawiną

PONIEDZIAŁEK 27.05.2024

ŚNIADANIE: Herbata owocowa 250ml, 2 kanapki: pieczywo mieszane 25g z masłem 10g, ser żółty 40g, ogórek zielony 30g (mleko, gluten)

OBIAD: Zupa fasolowa z ziemniakami 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, ziemniaki, fasola sucha, kiełbasa, majeranek, liść laurowy, ziele ang., pieprz, natka), Kluski śląskie z sosem pieczarkowym 250g (ziemniaki, mąka pszenna i ziemniaczana, jajko, pieczarki, śmietana 18%), Surówka z kapusty pekińskiej 100g (kapusta pekińska, marchewka, jabłko, majonez, przyprawy) Kompot owocowy 250ml (mieszanka owocowa) (seler, mleko, jajko, gluten)

PODWIECZOREK: Jabłko

WTOREK 28.05.2024

ŚNIADANIE: Herbata z cytryną / Płatki śniadaniowe na mleku 250ml, kanapka: pieczywo mieszane 25g z masłem 10g, polędwica sopocka 40g, pomidor 30g (mleko, gluten)

OBIAD: Rosół z makaronem 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, makaron nitka, liść laurowy, ziele ang., pieprz, natka),

Ziemniaki z koperkiem 200g,

Kotlet schabowy 100g (schab środkowy, jajko, bułka, olej, przyprawy),

Młoda kapusta z koperkiem 100g (kapusta młoda, koper, mąka pszenna, przyprawy),

Kompot jabłkowy 250ml (jabłko) (seler, gluten, jajko)

PODWIECZOREK: Banan

ŚRODA 29.05.2024

ŚNIADANIE: Herbata z cytryną / Kakao z mlekiem 250ml, 2 kanapki: pieczywo mieszane 25g z masłem 10g, serek kanapkowy 40g, ogórek zielony 30g (mleko, gluten)

OBIAD: Zupa z cukinii z grzankami 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, ziemniaki, cukinia, grzanki pszenne, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, natka),

Kasza jęczmienna 200g,

Pulpet wieprzowy w sosie pomidorowym 100g (łopatka wieprzowa, bułka pszenna, jajko, mąka, śmietana, przecier pomidorowy, przyprawy),

Warzywa gotowane 100g (marchew, brokuł, kalafior),

Kompot owocowy 250ml (mieszanka owocowa) (mleko, seler, gluten, jajko)

PODWIECZOREK: Baton karmelowy o obniżonej zawartości cukru

CZWARTEK 30.05.2024

Boże Ciało

PIĄTEK 31.05.2024

Dzień wolny od zajęć dydaktyczno- naukowych

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

