

JADŁOSPIS

Ustalony na okres 15.04.2024-30.04.2024

Oddział Przedszkolny - Szkoła Podstawowa w Otałęży

Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
15.04.2024 Poniedziałek	Pieczywo wieloziarniste, szynka wieprzowa, pomidory, szczypiorek Mleko	Zupa pomidorowa z ryżem, jarzynami, natką pietruszki Naleśniki z serkiem waniliowym, talarki marchewki Kompot owocowy	Jabłko , pałeczki kukurydziane
	Gluten, mleko, jaja,	Gluten, mleko, jaja, seler	----
16.04.2024 Wtorek	Pieczywo graham z masłem, serem żółty salami, ogórki świeże , mleko	Rosół z makaronem, marchewką, natką pietruszki Ziemniaki z koperkiem, filet z kurczaka w panierce (pieczony) , surówka wielowarzynna z jogurtem naturalnym , ziołami Woda z pomarańczą	Banan
	Gluten, mleko,	Gluten, jaja, mleko, seler	---
17.04.2024 Środa	Pieczywo orkiszowe z masłem, pasta z kurczaka gotowanego z ziołami, pomidory Płatki jaglane z mlekiem	Barszcz biały z jajkiem, kielbasą wiejską, majerankiem, Ryż z polewą jogurtową (bananowo- truskawkową) Kompot owocowy	Tost z szynką, serem, ogórki kiszzone Herbata z cytryną
	Gluten, mleko	Gluten, mleko, jaja,	Gluten, mleko,
18.04.2024 Czwartek	Chałka z masłem, dżemem truskawkowym niskosłodzonym , Kakao	Zupa z łuszczonego grochu z makaronem gwiazdki , jarzynami, natka pietruszki Kasza jęczmienna, gulasz wieprzowy z warzywami, sałatka z kiszonych ogórków z czerwoną cebulką, ziołami, olejem Woda z cytryną	Sałatka owocowa z polewą jogurtową
	Gluten, mleko,	Gluten, mleko, jaja , seler	Mleko,
19.04.2024 Piątek	Pieczywo graham z masłem, pastą z makreli w sosie pomidorowym z twarożkiem, ogórkiem kiszonym, Kawa Inka z mlekiem	Zupa ogórkowa z ziemniakami , jarzynami, natką pietruszki Pierogi ruskie z masłem klarowanym, surówka z marchwi i jabłek z pomarańczą, pestkami słonecznika Kompot owocowy	Winogrono, Krażki ryżowe
	Gluten, mleko, ryba	Gluten, mleko, seler,	----
22.04.2024 Poniedziałek	Pieczywo graham z masłem, pasta z ciecierzycy z suszonymi pomidorami, ogórki świeże Płatki kukurydziane z mlekiem	Zupa krupnik z ziemniakami, jarzynami, natką pietruszki, zabelana śmietaną Racuchy drożdżowe z jabłkami, talarki marchewki Kompot wieloowocowy	Koktajl bananowo- truskawkowy na kefirze Podpłomyki
	Gluten, mleko	Gluten, mleko, seler, jaja	Mleko , gluten
23.04.2024	Pieczywo wieloziarniste z masłem, jajkiem, sałata zielona, pomidory Zupa mleczna z makaronem,	Zupa jarzynowa z ziemniakami, natka pietruszki, zabelana śmietaną Kasza bulgur, filet z kurczaka w sosie śmietankowym , sałatka z kiszonych	Gruszka, Biszkopty

		ogórków z czerwoną cebulą, koperkiem, olejem Kompot owocowy	
	Jaja, gluten, mleko	Gluten, mleko, seler	Gluten, mleko, jaja
24.04.2024 Środa	Pieczywo graham z masłem, kielbasa krakowska, papryka czerwona Kakao	Zupa brokułowa z ziemniakami, jarzynami, natka pietruszki, zabieleną śmietaną Pyzy z mięsem, masłem, ogórki kiszzone Kompot z czarnej porzeczki	Serek naturalny z częstkami owoców
	Gluten, mleko,	Mleko, seler, gluten	Mleko,
25.04.2024 Czwartek	Pieczywo wieloziarniste z masłem, pasztet pieczony, ogórki świeże Kawa Inka z mlekiem	Zupa z czerwonej soczewicy z ziemniakami, jarzynami, kielbasą dębicką, natką pietruszki, zabieleną śmietaną , Ryż z prażonymi jabłkami, cynamonem, Kompot owocowy	Gofry z owocami, Mleko
	Gluten, mleko,	Gluten, mleko, seler,	Gluten, mleko, jaja
26.04.2024 Piątek	Rogaliki drożdżowe z marmoladą, częstki jabłek Kakao	Zupa na rosole z makaronem w kształcie ryżu, jarzynami, natką pietruszki Ziemniaki, ryba w panierce (pieczona) , surówka z kiszonej kapusty z warzywami, olejem, natką pietruszki Woda z cytryną	Budyń śmietankowy z wiórkami gorzkiej czekolady
	Gluten, jaja, mleko	Gluten, mleko, jaja, ryba	Mleko, gluten, jaja
29.04.2024 Poniedziałek	Pieczywo orkiszowe z masłem, szynka beskidzka , pomidory , szczypiorek Kawa Inka z mlekiem	Zupa pieczarkowa z makaronem, jarzynami, natką pietruszki, zabieleną śmietaną Ziemniaki, jajko sadzone, sałata lodowa z jogurtem, ziołami, Kompot owocowy	Jabłko, chrupki kukurydziane
	Gluten, mleko , gorczyca	Gluten, mleko, seler, jaja	-----
30.04.2024 Wtorek	Pieczywo orkiszowe z masłem, pasta z twarogu z ziołami , ogórki świeże Mleko	Zupa z fasolki szparagowej z ryżem, jarzynami, natką pietruszki, zabieleną śmietaną Ziemniaki z koperkiem, filet grillowany , surówka z kapusty pekińskiej z warzywami, jogurtem naturalnym, natką pietruszki Woda z cytryną	Napój mleczny bananowo-truskawkowy, Wafle ryżowe z dynią
	Gluten, mleko,	Gluten, mleko, seler, jaja	Mleko,

Zastrzegamy możliwość zmian w jadłospisie

Opracował : Agnieszka Cwięka
Uzgodniono : Małgorzata Borowiec

Zatwierdził:
Halina Czerwiec