

JASŁOSPIS SZKOŁY PODSTAWOWEJ NR 46

13.05.2024 do 17.05.2024

13.05.2024 Poniedziałek

Śniadanie: Płatki miodowe na mleku 250ml (mleko, laktoza) pieczywo pszenno-żytnie 35g (mąka pszenna, mąka żytnia) masło 5g (mleko, laktoza) ser żółty 7g (mleko, laktoza), ogórek świeży 10g, pomidor 10g, Herbata z cytryną 250ml – herbata Lipton, cytryna, miód sałata 10g

Zupa: Zupa meksykańska z mięsem mielonym zaprawiana koncentratem pomidorowym 300ml wywar drobiowy, marchew, seler, pora, fasola szparagowa, groszek zielony, papryka czerwona, kukurydza, fasola czerwona, ziemniaki, natka świeża, koper świeży

II Danie: Pierogi ruskie okraszone boczkiem z cebulą 200g mąką pszenna, jajka, cebula, twaróg, z mleka, laktoza)

Kompot owocowy 250ml

Podwieczorek: Jabłko 1 szt.

14.05.2024 Wtorek Tylko oddział przedszkolny

Śniadanie: Pieczywo pszenno-żytnie 35g (mąka pszenna, mąka żytnia) masło 5g (mleko, laktoza) Parówki z szynki na ciepło 160g (może zawiera soję, gorczyce, seler) ogórek świeży 10g, pomidor 10g Herbata z cytryną 250ml – herbata Lipton, cytryna, miód, Kakao 150ml (mleko, laktoza)

Zupa: Zupa kalafiorowa 300ml (Kurczaki, marchew, pietruszka, seler, pora, kalafior, Ziemniaki, śmietana 18% (mleko, laktoza))

II Danie: Jajko sadzone 52g, ziemniaki purée 200g (mleko, laktoza) mizeria 100g mleko, laktoza, Kompot owocowy 250ml

Podwieczorek: Kiwi + wafle ryżowe

15.05.2024 Środa Tylko oddział przedszkolny

Śniadanie: Kasza manna mleko, laktoza), pieczywo pszenno-żytnie 35g (mąka pszenna, mąka żytnia) masło 5g (mleko, laktoza) Bułki maślane z dżemem 80g (mąka pszenna, jajka) ogórek świeży 10g, pomidor 10g, szczypior 50g. Herbata z cytryną 250ml – herbata Lipton, cytryna, miód, mix warzyw

Zupa: Wiedeńska zupa ziemniaczana z boczkiem 300ml (kurczak i, marchew, pietruszka, seler, pora, ziemniaki, boczek wędzony, pieczarki, szczypiorek)

II Danie: Potrawka z kurczaka 95/95g filet z kurczaka, przyprawy, mąka pszenno-żytnia, śmietana (z mleka, laktoza) ziemniaki purée 200g (mleko, laktoza) Kompot owocowy 250ml

Podwieczorek: Banan 1 szt

16.05.2024 Czwartek Tylko oddział przedszkolny

Śniadanie: Pieczywo pszenno-żytnie 35g (mąka pszenna, mąka żytnia) masło 5g (mleko, laktoza) szynka gotowana 10g (może zawierać soję, gorczyce, seler) ogórek świeży 10g, pomidor 10g Herbata owocowa 250ml, miód. Kawa Inka na mleku 150ml mleko, laktoza jęczmień, żyto).

Zupa: Zupa ryżowa 300ml (kurczaki, marchew, pora, pietruszka seler, ryż, cebula, natka pietruszki, koper, przyprawy).

II Danie: Placki ziemniaczane z jogurtem naturalnym 200g mąka pszenno – żytnia, jajka kompot owocowy 250ml

Podwieczorek: Budyń czekoladowy 150 ml

17.05.2024 Piątek

Śniadanie: Płatki czekoladowe na mleku 250ml (mleko, laktoza), pieczywo pszenno-żytnie 35g (mąka pszenna, mąka żytnia) masło 5g (mleko, laktoza) pomidor 10g, ogórek, świeży 10g, Herbata z cytryną 250ml – herbata Lipton, cytryna, miód pasta jajeczna ze szczypiorem 52g (jajka)

Zupa: Zupa brukselkowa z groszkiem zielonym 300ml brukselka, groszek zielony, marchew, pietruszka, seler, pora ziemniaki, śmietana mleko, laktoza).

II Danie: Kotlety rybne 95g ryba, boczek wędzony, cebula, jajka, mąka pszenna Ziemniaki puree 200g (mleko, laktoza) surówka z pekinki, ogórek kiszony i kukurydza 100g Kompot owocowy 250ml

Podwieczorek: Jabłko 1 szt.

Śniadania i podwieczorki tylko dla oddziału przedszkolnego.

Szkoła zastrzega sobie możliwości dokonywania zmian w jadłospisie