

JASŁOSPIS SZKOŁY PODSTAWOWEJ NR 46

20.05.2024 do 24.05.2024

20.05.2024 Poniedziałek

Śniadanie: Płatki kukurydziane 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: Żurek z jajkiem 300ml (marchew, seler, pora, pietruszka, ziemniaki, mąka żytnia, mąka pszenna, śmietana 18% z mleka, laktoza), cebula, przyprawy, majeranek, boczek wędzony (soja, może zawierać seler, zboża zawierające gluten, mleko, gorczyce)

II Danie: Pyzy z mięsem 200g (mąka pszenna, jajka) kapusta zasmażana z boczkiem 100g mąka pszenna Kompot owocowy 250ml

Podwieczorek: Jabłko 1 szt.

21.05.2024 Wtorek

Śniadanie: Pieczywo pszenno-żytnie 35g (mąka pszenno, mąka żytnia), masło 5g (mleko, laktoza) krakowska sucha 10g (może zawierać soję, gorczyce, seler) ogórek świeży 10g, pomidor 10g Herbata z cytryną 250ml – herbata Lipton, cytryna, miód, Kakao 150ml (mleko, laktoza)

Zupa: Krupnik jęczmienny 300ml (kurczaki, marchew, pietruszka, seler, pora, ziemniaki, kasza jęczmienna, natka pietruszki, koper, przyprawy cebula

II Danie: Kotlet pożarski 95g (filet z kurczaka, jajka, mąka pszenna, cebula, olej, czosnek, przyprawy) Kompot owocowy 250ml Ziemniaki puree 200g (mleko, laktoza), kalafior z masłem i bułka tartą 100g

Podwieczorek: Winogron

22.05.2024 Środa

Śniadanie: kluski lane na mleku (150ml) mąka pszenna, jajka mleko, laktoza), pieczywo pszenno-żytnie 35g (mąka pszenna, mąka żytnia), masło 5g (mleko, laktoza) serek śmietankowy Almette 8g (mleko), ogórek świeży 10g, pomidor 10g, szczypior 50g. Herbata z cytryną 250ml – herbata Lipton, cytryna, miód

Zupa: Rosół z makaronem 300ml (noga drobiowa, marchew, pietruszka seler, pora, natka pietruszki, koper, przyprawy, makaron (mąka pszenna, jajka).

II Danie: Udka drobiowe opiekane 170g (udko drobiowe, przyprawy, olej) Ziemniaki puree (mleko, laktoza) 200g, Rzodkiew biała z jogurtem naturalnym 100g Kompot owocowy 250ml

Podwieczorek: Kiwi + biszkopty mąka pszenna, jajka,

23.05.2024 Czwartek

Śniadanie: Pieczywo pszenno-żytnie 35g (mąka pszenno, mąka żytnia), masło 5g (mleko, laktoza) szynka z kurczaka 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 brokułowa zabieleną z ziemniakami 300ml (seler mleko, laktoza)

II Danie: Makaron spaghetti w sosie bolognese z mięsem mielonym 200g (mąka pszenna, jajka) mięso wieprzowe, koncentrat pomidorowy) Kompot owocowy 250ml

Podwieczorek: Banan

24.05.2024 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 Jajko na twardo ze szczypiorem 52g (jajka)

Zupa: Zupa grochowa 300ml (boczek wędzony, soja, może zawierać seler, zboża zawierające gluten, mleko, gorczyce), marchew, pietruszka, seler, pora, groch łuskany, ziemniaki, mąka pszenna, cebula, majeranek, czosnek,

II Danie: Paluszki rybne 100g (ryba, mąka pszenna, jajka). Ziemniaki puree 200g (mleko, laktoza) Kompot owocowy 250ml surówka z białej kapusty z marchwią 100g

Podwieczorek: Jabłko 1 szt.

Śniadania i podwieczorki tylko dla oddziału przedszkolnego.

Szkoła zastrzega sobie możliwości dokonywania zmian w jadłospisie