

Jadłospis / ZSP 9/

Ile dni	7
termin rozpoczęcia	2024-04-22
Posiłki	1. obiad
Przypisana Grupa żywieniowa	Nazwa grupy: Zespół Szkolno-Przedszkolny 1 1. Dzieci (wiek: 7 - 9; liczba: 157) 2. Chłopcy (wiek: 10 - 12; liczba: 51) 3. Chłopcy (wiek: 13 - 15; liczba: 60) 4. Dziewczęta (wiek: 10 - 12; liczba: 58) 5. Dziewczęta (wiek: 13 - 15; liczba: 52)
Wybrane posiłki mają zapewnić energię na poziomie z: węglowodanów:60%, białka:15%, tłuszczów:25%	

2024-04-22 Poniedziałek

obiad
1. Żurek z kielbasą aa (280g) 2. Chleb pszenno-żytni (54g) 3. Naleśniki z kremem Ricotta* (300g) 4. Kompot z owoców mieszanych SP (200g) 5. Woda niegazowana Kuracjusz (200g)
obiad

2024-04-23 Wtorek

obiad
1. Zupa krupnik AA (280g) 2. Warzywa na patelnię sp (240g) 3. mięso z ud kurczaka bez skóry i kości z przyprawami duszone A (100g) 4. Woda niegazowana Kuracjusz (250g)

obiad
5. Kompot z owoców mieszanych SP (250g)
obiad

2024-04-24 Środa

obiad
1. Zupa ogórkowa z ogórków kiszonych z ryżem * (280g)
2. Kasza jęczmienna wiejska . (180g)
3. Gulasz wołowy, duszony A (130g)
4. Marchewka mini gotowana (100g)
5. Kompot z owoców mieszanych SP (250g)
6. Woda niegazowana Kuracjusz (250g)
obiad

2024-04-25 Czwartek

obiad
1. Rosół z makaronem SP (240g)
2. Ziemniaki puree * (180g)
3. Kotlet schabowy panierowany.A (130g)
4. Surówka z kapusty pekińskiej z marchwią, kukurydzą i sosem winegret (100g)
5. Kompot z owoców mieszanych SP (250g)
6. Woda niegazowana Kuracjusz (250g)
obiad

2024-04-26 Piątek

obiad
1. Zupa pomidorowa zabelana z ryżem * (270g)
2. Pierogi ruskie * (220g)
3. Kompot z owoców mieszanych SP (250g)

obiad
4. Woda niegazowana Kuracjusz (250g)
obiad

2024-04-29 Poniedziałek

obiad
1. Barszcz czerwony klarowny z uszkami aa (240g)
2. Ryż na mleku z sosem jogurtowo - truskawkowym sp (220g)
3. Kompot z owoców mieszanych SP (250g)
4. Woda niegazowana Kuracjusz (250g)
obiad

2024-04-30 Wtorek

obiad
1. Zupa jarzynowa z ziemniakami * (280g)
2. Farfalle z indykiem i brokułami w sosie śmietanowo-serowym * (280g)
3. Kompot z owoców mieszanych SP (250g)
4. Woda niegazowana Kuracjusz (250g)

- Jadłospis może ulec zmianie
- Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady(UE) wytłuszczonym drukiem wyróżniono składniki powodujące alergie lub reakcje nietolerancji.
- Dokładny jadłospis z gramaturą, kalorycznością i alergenami znajduje się na tablicy w stołówce szkolnej oraz u intendenta.