

Szkoła 8*

Ile dni	10
termin rozpoczęcia	2024-12-09
Posiłki	1. obiad
Przypisana Grupa żywieniowa	Nazwa grupy: Zespół Szkolno-Przedszkolny /SP*/

Wybrane posiłki mają zapewnić %
dziennego
zapotrzebowania według powyższej
normy na energię:

Wybrane posiłki mają zapewnić energię **węglowodanów:60%, białka:15%, tłuszczów:25%**
na poziomie z:

2024-12-09 Poniedziałek

obiad

- 1. Zupa ziemniaczana tradycyjna **/ż (260g)**
- 2. Ryż na mleku z sosem jogurtowo - truskawkowym * ż (350g)**
3. Kompot z owoców mieszanych * (250g)
4. Woda niegazowana Kuracjusz (250g)
5. Banan (120g)

obiad

2024-12-10 Wtorek

obiad

- 1. Zupa brokułowa z makaronem**/ż (260g)**
2. Kasza jęczmienna wiejska . (180g)
- 3. Karkówka duszona w ziołach * (100g)**
4. Buraczki z chrzanem * (100g)
5. Kompot z owoców mieszanych * (250g)
6. Woda niegazowana Kuracjusz (250g)

obiad

2024-12-11 Środa

obiad

- 1. Zupa koperkowa z ryżem **/ż (250g)**
- 2. Fasolka po bretońsku * (240g)**
- 3. Bulki małe* (40g)**
4. Kompot z owoców mieszanych * (250g)
5. Woda niegazowana Kuracjusz (250g)

obiad

2024-12-12 Czwartek

obiad

1. **Zupa krupnik **/ż (270g)**
 2. **Makaron z filetem z indyka brokulem, i sosem śmietanowym */ż (370g)**
 3. Kompot z owoców mieszanych * (250g)
 4. Woda niegazowana Kuracjusz (250g)
-

obiad

2024-12-13 Piątek

obiad

1. **Zupa krem z zielonego groszku z groszkiem ptysiowym **/ż (260g)**
 2. **Ziemniaki puree * (180g)**
 3. **Ryba w cieście naleśnikowym */ż (120g)**
 4. Surówka z kapusty pekińskiej z marchwią i kukurydzą. */ż (100g)
 5. Kompot z owoców mieszanych * (250g)
 6. Woda niegazowana Kuracjusz (250g)
 7. sok warzywno-owocowy * m (300g)
-

obiad

2024-12-16 Poniedziałek

obiad

1. **Zupa pomidorowa zabelana z ryżem **/ż (270g)**
 2. **Pierogi z serem twarogowym / wyrób gotowy/ (240g)**
 3. Kompot z owoców mieszanych * (250g)
 4. Woda niegazowana Kuracjusz (250g)
-

obiad

2024-12-17 Wtorek

obiad

1. **Rosół z makaronem **/ż (350g)**
 2. Ziemniaki * (200g)
 3. **Kotlet schabowy panierowany * (120g)**
 4. **Kapusta biała duszona */ż (100g)**
 5. Kompot z owoców mieszanych * (250g)
 6. Woda niegazowana Kuracjusz (250g)
-

obiad

2024-12-18 Środa

obiad

1. **Zupa pieczarkowa z zacierką ** (270g)**
 2. **Kasza gryczano-jęczmienna*/ż (160g)**
 3. **Gulasz wołowy duszony */ż (130g)**
 4. Surówka wiosenna */ż (100g)
 5. Kompot z owoców mieszanych * (250g)
 6. Woda niegazowana Kuracjusz (250g)
-

obiad

2024-12-19 Czwartek

obiad

1. **Zupa jarzynowa zabieleniana z makaronem ** /ż (260g)**
2. **Ryż z warzywami* (190g)**
3. **Filet z kurczaka Soute z sosem czosnkowym */ż (110g)**
4. Kompot z owoców mieszanych * (250g)
5. Woda niegazowana Kuracjusz (250g)

obiad

2024-12-20 Piątek

obiad

1. **Zupa grochowa zabieleniana z groszkiem ptysiowym **/ż (250g)**
2. Ziemniaki * (190g)
3. **Miruna filety panierowane smażone * (120g)**
4. Surówka z kapusty kiszanej * (100g)
5. Kompot z owoców mieszanych * (250g)
6. Woda niegazowana Kuracjusz (250g)
7. Mandarynki (120g)

obiad

- W razie nie otrzymania w/w produktów 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