


Jadłospis dla Szkoły Podstawowej nr 37 – ul. Sarbinowska

10

Jadłospis podstawowy



 rettman	Zupa	Drugie danie	Podwieczorek
Poniedziałek 06.05	Krem z czerwonej soczewicy z grzankami i zieloną natką pietruszki (1,7,9) 300ml	Makaron świderki z pomidorowym pesto (1,7,9) posypany wiórkami sera żółtego (7) 150g/150g, kompot wieloowocowy 200ml	Owoc sezonowy 1 szt.
Wtorek 07.05	Kapuśniak z młodej kapustki z zieloną natką pietruszki (1,7,9) 300ml	Mintaj z pieca w panierce (1,3,4) 90g, Ziemniaki z koperkiem 150g, Surówka z buraczków 90g, Kompot wieloowocowy 200ml	Połówka bułki maślanej (1,3,7) z miodem 1szt.
Środa 08.05	Wiosenna botwinka z zieloną natką pietruszki (1,7,9) 300ml	Gulasz mięsno - warzywne (1,7) 150g, Kluski śląskie 150g, Surówka z tartej marchewki (7) 45g, Kompot wieloowocowy 200ml	Owoc sezonowy 1 szt.
Czwartek 09.05	Rosół z makaronem z pszenicy twardej z zieloną natką pietruszki (1,9) 300ml	Filet drobiowy z pieca (1) 90g, Puree ziemniaczane (7) 150g, Parowana fasolka szparagowa z masełkiem (7) 90g, Kompot wieloowocowy 200ml	Jogurt owocowy (7) 150g
Piątek 10.05	Zielony krem z cukinii i młodego groszku z ziarnami i zieloną natką pietruszki (1,7,9) 300ml	Puszyste pancakes (1,3,7) 4szt. Mus owocowy własnego wyrobu 90g kompot wieloowocowy 200ml	Owoc sezonowy 1 szt.

W jadłospisie oznaczone zostały alergeny zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011: 1.Zboża zawierające gluten, 2. Skorupiaki i produkty pochodne, 3. Jaja i produkty pochodne, 4. Ryby i produkty pochodne, 5. Orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6. Soja i produkty pochodne, 7. Mleko i produkty pochodne, 8. Orzechy, 9. Seler i produkty pochodne, 10. Gorczyca i produkty pochodne, 11. Sezam i produkty pochodne, 12. Dwutlenek siarki i siarczyny, 13. Łubin i produkty pochodne, 14. Mięczaki i produkty pochodne.

Jadłospis został przygotowany przez dietetyka mgr inż. Ewelinę Pawełkę

Jadłospis dla Szkoły Podstawowej nr 37 - ul. Sarbinowska

10

Jadłospis podstawowy



rettman

Zupa

Drugie danie

Podwieczorek

Poniedziałek

13.05

Krupnik z kaszą jęczmienną i zieloną natką pietruszki (1,7,9) 300ml

Makaron spaghetti (1) z sosem bolońskim z dodatkiem ciecierzycy (1,7,9) 150g/150g posypany wiórkami sera żółtego (7) kompot wielowocowy 200ml

Owoc sezonowy 1 szt.

Wtorek

14.05

DZIEŃ WOLNY

Środa

15.05

DZIEŃ WOLNY

Czwartek

16.05

DZIEŃ WOLNY

Piątek

17.05

Krem z pomidorów z ziarnami i zieloną natką pietruszki (1,7,9) 300ml

Pierogi ruskie z twarogiem i ziemniakami (1,3,7) 250g okraszone masłem (7)
Kleks jogurtu naturalnego (7) 30g
Kompot wielowocowy 200ml

Owoc sezonowy 1 szt.

W jadłospisie oznaczone zostały alergeny zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011: 1. Zboża zawierające gluten, 2. Skorupiaki i produkty pochodne, 3. Jaja i produkty pochodne, 4. Ryby i produkty pochodne, 5. Orzechy ziemne i produkty pochodne, 6. Soja i produkty pochodne, 7. Mleko i produkty pochodne, 8. Orzechy, 9. Seler i produkty pochodne, 10. Gorczyca i produkty pochodne, 11. Sezam i produkty pochodne, 12. Dwutlenek siarki i siarczyny, 13. Łubin i produkty pochodne, 14. Mięczaki i produkty pochodne.

Jadłospis został przygotowany przez dietetyka mgr inż. Ewelinę Pawełkę