


# Jadłospis dla Szkoły Podstawowej nr 37 – ul. Sarbinowska

## 10

Jadłospis podstawowy



 <b>rettman</b>	Zupa	Drugie danie	Podwieczorek
<b>Poniedziałek</b> 22.04	Kalafiorowa z ziemniakami i zieloną natką pietruszki (1,7,9) 300ml	Makaron penne (1) z filetem z piersi kurczaka i szpinakiem w sosie śmietanowym (1,7,9) 250g kompot wieloowocowy 200ml	Owoc sezonowy 1szt.
<b>Wtorek</b> 23.04	Zupa pomidorowa z ryżem i zieloną natką pietruszki (1,7,9) 300ml	Mintaj z pieca w panierce (1,3,4) 90g Ziemniaki z koperkiem 150g, Surówka z kiszzonego ogórka z drobno posiekaną cebulką 90g, Kompot wieloowocowy 200ml	Jogurt naturalny własnego wyrobu (7) z owocami 150g
<b>Środa</b> 24.04	Rosół z makaronem z pszenicy twardej z zieloną natką pietruszki (1,9) 300ml	Gołąbek z mięsem i ryżem zawinięty w kapuście w sosie pomidorowym własnego wyrobu (1,7) 1szt./90g Surówka z mixu sałat z roszponką z ogórkiem, rzodkiewką i koperkiem 40g, Kompot wieloowocowy 200ml	Pudding na mleku (7) 125g
<b>Czwartek</b> 25.04	Barszcz ukraiński z fasolą i zieloną natką pietruszki (1,7,9) 300ml	Pulpeciki na raz (1,3) 4szt. w sosie warzywnym (1,7) 120g, Kasza gryczana 150g, Surówka z tartej marchewki (7) 90g, Kompot wieloowocowy 200ml	Ciasto własnego wypieku (1,3,7) 70g
<b>Piątek</b> 26.04	Krem z młodej marchewki z prażonymi ziarnami słonecznika i zieloną natką pietruszki (1,7,9) 300ml	Naleśniki z twarogiem (1,3,7) 2szt. Polewa owocowa na jogurcie własnego wyrobu (7) 90g, Kompot wieloowocowy 200ml	Wafle ryżowe z miodem 2szt.

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
<b>Poniedziałek</b>  29.04	Zupa ogórkowa z naturalnie kiszonych ogórków z ziemniakami i zieloną natką pietruszki (1,7,9) 300ml	Gyros drobiowy (1) 90g z delikatnym dipem czosnkowym (7) 60g, Ryż paraboliczny 150g, Surówka colesław (3,7) 90g, Kompot wieloowocowy 200ml	Owoc sezonowy 1szt.
<b>Wtorek</b>  30.04	Krupnik z drobną kaszą jęczmienną i zieloną natką pietruszki (1,7,9) 300ml	Kluseczki drożdżowe z nadzieniem jagodowym (1,3,7) 2szt. Polewa waniliowa własnego wyrobu (7) 90g, Kompot wieloowocowy 200ml	Owoc sezonowy 1szt.
<b>Środa</b> 01.05	<b>ŚWIĘTO PRACY</b>		
<b>Czwartek</b> 02.05	<b>DZIEŃ FLAGI RZECZPOSPOLITEJ POLSKIEJ</b>		
<b>Piątek</b> 03.05	<b>ŚWIĘTO KONSTYTUCJI 3 MAJA</b>		
<small>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.</small>			
<small>Jadłospis został przygotowany przez dietetyka mgr inż. Ewelinę Pawełkę</small>			