


**Jadłospis dla Szkoły Podstawowej nr 37 - ul.
Sarbinowska 10**
Jadłospis podstawowy




 rettman	Zupa	Drugie danie	Podwieczorek
Poniedziałek 20.05	Zupa kalafiorowa z ziemniakami i zieloną natką pietruszki (1,7,9) 300ml	Kawałki fileta drobiowego i kolorowych warzyw w sosie słodko – kwaśnym (1,7,9) 170g, Ryż paraboliczny 150g Kompot wieloowocowy 200ml	Owoc sezonowy 1 szt.
Wtorek 21.05	Zupa meksykańska z papryką, fasolą, kukurydzą i zieloną natką pietruszki (1,7,9) 300ml	Paluszki rybne z fileta 100% z mintaja (1,3,4,7,9,10) 2szt., Puree ziemniaczane (7) 150g, Surówka z kiszzonej kapusty z marchewką, jabłkiem i cebulką 90g, Kompot wieloowocowy 200ml	Mus owocowy 100% owoców bez dodatku cukru 1szt.
Środa 22.05	Zupa jarzynowa z groszkiem zielonym i zieloną natką pietruszki (1,7,9) 300ml	Pulpeciki na raz (1,3) 4szt. w sosie pomidorowo – śmietankowym własnego wyrobu z kawałkami warzyw (1,7) 90g, Kasza jęczmienna drobna (1) 150g, Kompot wieloowocowy 200ml	Owoc sezonowy 1 szt.
Czwartek 23.05	Rosół z makaronem z pszenicy twardej i zieloną natką pietruszki (1,9) 300ml	Eskalopki z indyka (1,3) 3szt., Ziemniaki z koperkiem 150g, Marchewka z groszkiem zielonym na ciepło (1,7) 90g, Kompot wieloowocowy 200ml	Wafle ryżowe z miodem 2 szt.
Piątek 24.05	Krem z botwinki z grzankami i zieloną natką pietruszki (1,7,9) 300ml	Kluseczki drożdżowe z nadzieniem jagodowym (1,3,7) 3szt. Polewa z owoców sezonowych na jogurcie naturalnym własnego wyrobu (7) 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. 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

**Jadłospis dla Szkoły Podstawowej nr 37 - ul.
Sarbinowska 10**
Jadłospis podstawowy



 rettman	Zupa	Drugie danie	Podwieczorek
Poniedziałek 27.05	Krupnik z nowalijek z kaszą jęczmienną i zieloną natką pietruszki (1,7,9) 300ml	Makaron świderki z delikatnym włoskim sosem z mięsem mielonym i tartymi warzywami zabilonym mascarpone (1,7,9) 170g/170g Kompot wieloowocowy 200ml	Owoc sezonowy 1 szt.
Wtorek 28.05	Zupa z naturalnie kiszonych ogórków z ziemniakami i zieloną natką pietruszki (1,7,9) 300ml	Kotlet mielony (1,3) w ciemnym sosie pieczeniowym własnego wyrobu (1,7) 90g/90g Kasza gryczana 150g, Surówka z tartej młodej marchewki 90g, Kompot wieloowocowy 200ml	Owoc sezonowy 1 szt.
Środa 29.05	Zupa pomidorowa z makaronem i zieloną natką pietruszki (1,7,9) 300ml	Pierogi leniwe z serem twarogowym i ziemniakami (1,3,7) 250g okraszone masełkiem i bułką tartą (1,7) Kompot wieloowocowy 200ml	Owoc sezonowy 1 szt.
Czwartek 30.05	BOŻE CIAŁO		
Piątek 31.05	DZIEŃ WOLNY		
<p>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.</p>			
<p>Jadłospis został przygotowany przez dietetyka mgr inż. Ewelinę Pawełkę</p>			