

Jadłospis dla Szkoły Podstawowej nr 3

Poniedziałek, 12.09.2022r.	Potrawka z kurczaka, gotowana (90g) Ryż (100g) Warzywa gotowane (80g) Kompot Jabłko
Alergeny:	Nr 1, Nr 7
Wtorek, 13.09.2022r.	Zapiekanka makaronowa z kurczakiem, pieczarkami i serem, zapiekana (300g) Kompot Banan
Alergeny:	Nr 1, Nr 7
Środa, 14.09.2022r.	Klopsiki w sosie pomidorowym, gotowane (90g) Ziemniaki puree z koperkiem (100g) Brokuł gotowany (80g) Kompot
Alergeny:	Nr 1, Nr 3, Nr 7
Czwartek, 15.09.2022r.	Udko z kurczaka, pieczone (90g) Ziemniaki z koperkiem (100g) Marchewka gotowana (80g) Kompot
Alergeny:	Nr 1, Nr 7
Piątek, 16.09.2022r.	Dorsz w sosie serowym, na parze (90g) Ziemniaki puree z koperkiem (100g) Sałatka z fasolki szparagowej (80g) Kompot
Alergeny:	Nr 1, Nr 4, Nr 7
Poniedziałek, 19.09.2022r.	Sos Bolognese z ziołami, duszony (160g) Makaron Spaghetti (140g) Śliwka Kompot
Alergeny:	Nr 1
Wtorek, 20.09.2022r.	Nuggetsy z kurczaka, smażone (90g) Ziemniaki z koperkiem (150g) Surówka koperkowa (80g) Kompot
Alergeny:	Nr 1, Nr 3,
Środa, 21.09.2022r.	Kotlet mielony, pieczony (90g) Ziemniaki z koperkiem (150g) Buraczki (80g) Kompot
Alergeny:	Nr 1, Nr 3
Czwartek, 22.09.2022r.	Pierogi z serem, masłem i cynamonem, gotowane (7szt.) Gruszka Kompot
Alergeny:	Nr 1, Nr 3, Nr 7
Piątek, 23.09.2022r.	Kotlet rybny w chrupiącej panierce, smażony (90g) Ziemniaki puree z koperkiem (150g) Surówka z kapusty kiszanej z jabłkiem (80g) Kompot
Alergeny:	Nr 1, Nr 3, Nr 4, Nr 7

*Jadłospisy są układane zgodnie z zasadami prawidłowego żywienia oraz modyfikowane indywidualnie dla potrzeb dziecka.

W razie braku jakiegokolwiek produktu, jadłospis może ulec drobnym zmianom. Liczba oznacza numer produktów powodujących alergię.