

JADŁOSPIS DLA SZKOŁY PODSTAWOWEJ NR 3

PONIEDZIAŁEK 02.11.2020r.	ALERGENY:
Grochówka(350g) Pieczywo(60g) Banan(1 szt)	NR 1,NR 9,10
WTOREK 03.11.2020r.	ALERGENY:
Filet z kurczaka w panierce(90g) Ziemniaki(150g) Surówka z marchwi z porem(80g) Kompot owocowy (200ml)	NR 1, NR 3, NR 7
ŚRODA 04.11.2020r.	ALERGENY:
Pulpet w sosie pomidorowym(90 g) Ryż(150 g) Buraczki(80 g) Kompot owocowy (200 ml)	NR 1,NR 3,NR 7
CZWARTEK 05.11.2020r.	ALERGENY:
Kotlet alibaba(90g) Ziemniaki(150g) Warzywa gotowane(80g) Kompot owocowy (200ml)	NR 1,NR 7
PIĄTEK 06.11.2020r.	ALERGENY:
Zapiekanka ziemniaczana z sosem bolońskim(350 g) Kompot owocowy (200ml)	NR 1,NR 7
PONIEDZIAŁEK 09.11.2020r.	ALERGENY:
Barszcz ukraiński(350 g) Pączek(1 szt.)	NR 1,NR 3,NR7,NR 9
WTOREK 10.11.2020r.	ALERGENY:
Filet w marynacie jogurtowo ziołowej(90g.) Ziemniaki(150g) Surówka z kapusty modrej(80g) Kompot owocowy (200ml)	NR 1, NR 7
ŚRODA 11.11.2020r.	ALERGENY:
CZWARTEK 12.11.2020r.	ALERGENY:
Gołąbek jeżyk w sosie pomidorowym(90g) Ziemniaki(150 g) Sałatka z fasolki szparagowej(80g) Kompot owocowy (200ml)	NR 1,NR 3, NR 7
PIĄTEK 13.11.2020r.	ALERGENY:
Dorsz w sosie porowym(90g) Ziemniaki(150 g) Surówka z warzyw mieszanych(80g) Kompot owocowy (200 ml)	NR 1,NR 4,NR 7

*Jadłospisy dla Szkoły Podstawowej nr 3 są układane zgodnie z zasadami prawidłowego żywienia.