

### Jadłospis dla Szkoły Podstawowej nr 3

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

\*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 alergie.