

## Jadłospis dla "Szkoły Podstawowej nr 3"

	Obiad
<b>Poniedziałek,</b> 26.09.2022r.	Kotlet de'volaille, smażony (90g) Ziemniaki z koperkiem (150g) Kapusta czerwona gotowana (80g) Kompot owocowy (200ml)
<b>Alergeny:</b>	<b>Nr 1, Nr 3, Nr 7</b>
<b>Wtorek,</b> 27.09.2022r.	Udko z kurczaka w sosie porowym, gotowane (90g) Ziemniaki z koperkiem (150g) Warzywa gotowane (80g) Kompot owocowy (200ml)
<b>Alergeny:</b>	<b>Nr 1, Nr 7</b>
<b>Środa,</b> 28.09.2022r.	Gołąbki jeżyki w sosie pomidorowym, duszone (90g) Ziemniaki z koperkiem (150g) Fasolka szparagowa z bułką i masłem (80g) Kompot owocowy (200ml)
<b>Alergeny:</b>	<b>Nr 1, Nr 3, Nr 7</b>
<b>Czwartek,</b> 29.09.2022r.	Galantyna drobiowa w sosie, gotowana(90g) Ryż (150g) Surówka z marchwi z brzoskwinia (80g) Kompot owocowy (200ml)
<b>Alergeny:</b>	<b>Nr 1, Nr 3, Nr 7</b>
<b>Piątek,</b> 30.09.2022r.	Dorsz z warzywami, pieczony (90g) Ziemniaki puree z koperkiem (150g) Surówka z kapusty kiszonej z jabłkiem (80g) Kompot owocowy (200ml)
<b>Alergeny:</b>	<b>Nr 1, Nr 4, Nr 7</b>
<b>Poniedziałek,</b> 03.10.2022r.	Naleśniki z serem i owocami/powidła śliwkowe, smażone (3szt) Kompot owocowy (200ml) Gruszka
<b>Alergeny:</b>	<b>Nr 1, Nr 3, Nr 7</b>
<b>Wtorek,</b> 04.10.2022r.	Pulpety w sosie koperkowym, gotowane (90g) Kasza jęczmienna (150g) Buraczki (80g) Kompot owocowy (200ml)
<b>Alergeny:</b>	<b>Nr 1, Nr 3, Nr 7</b>
<b>Środek,</b> 05.10.2022r.	Kotlet drobiowy, pieczony (90g) Ziemniaki z koperkiem (150g) Surówka z kapusty białej (80g) Kompot owocowy (200ml)
<b>Alergeny:</b>	<b>Nr 1, Nr 3, Nr 7</b>
<b>Czwartek,</b> 06.10.2022r.	Makaron z kurczakiem i warzywami w sosie pieczarkowym, zapiekany (300g) Kompot owocowy (200ml) Śliwka
<b>Alergeny:</b>	<b>Nr 1, Nr 7</b>
<b>Piątek,</b> 07.10.2022r.	Ryba smażona (90g) Ziemniaki puree z koperkiem (150g) Surówka z warzyw mieszanych (80g) Kompot owocowy (200ml)
<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.