

Jadłospis na półkolonie letnie 2023r.

(10-14.07.2023)

Data/dzień tygodnia	śniadanie	Obiad	Podwieczorek
10-07-2023 poniedziałek	Kaszka manna na mleku z owocami(1) szynka, ser żółty topiony zegarek, pomidor ze szczyporkiem, ogórek małosolny, papryka żółta, rukola, powidła śliwkowe masło, chleb, herbata, kakao(1)	Krupnik ryżowy z mięsem (II)(3) filet z kurczaka panierowany(1,4)marchewka z groszkiem zasmażana, ziemniaki zapiekane z natką pietruszki(1),kompot owocowy (15) alergeny - jajka, seler, miód,mleko.	woda - 0,5 l paluszki serowe OWOC Drożdżówka batonik zbożowy ,jogurt 8 zbóż
11-07-2023 wtorek	Parówka na ciepło z wody z ketchupem serek żółty salami z ziołami, ogórek świeży , papryka czerwona, rzodkiewka, słoncznika, dżem niskosłodzony masło, chleb, herbata, kakao(1)	Zupa kalafiorowa z makaronem (IV) (1,2,3) klopsiki drobiowo - wieprzowe((4) sos pieczarkowy(1) buraczki zasmażane,kasza wiejska, sok pomarańczowy alergeny - seler, zboża zawierające gluten, jajka, mleko	woda - 0,5 l chrupki owocowe OWOC Bułka z serem Deser "Zuzia"
12-07-2023 środa	Twarożek z rzodkiewką i ze szczypiorkiem, wędlina, ser żółty plaster, pomidor ze szczypiorkiem, ogórek małosolny , papryka żółta, sałata zielona, miód,(15) , masło, chleb, herbata, kakao(1)	Kapuśniak mazurski(III)(3) makaron w sosie bolońskim(2) Jogurt pitny alergeny - seler, zboża zawierające gluten,	woda -0,5 l OWOC , jogurt zw Mleczna kanapka Sok "Kubus" Rogalik maślane Danio wyciskane, owocowy krążek
13-07-2023 czwartek	Pasta jajeczna ze szczypiorkiem(4,10) szynka, serek homogenizowany, pomidor koktajlowy ,mozzarella, ogórek świeży, rzodkiewka, kielki brokuła, dżem niskosłodzony bułka, masło, chleb, herbata, kakao(1)	Zupa ziemniaczana z pomidorami (III) (1,2,3) klops po chłopsku(4), ziemniaki z natką pietruszki (1), mizeria z koperkiem, sok tłoczony Alergeny - seler, zboża zawierające gluten, mleko ,jajka	woda -z miętą i cytryną OWOC KALAREPA/MARCHEW Jogurt 2 - komorowy z musli
14-07-2023 piątek	Naleśnik z serem i owocami(1,2,4)ser żółty plaster, wędlina, pomidor ze szczypiorkiem, ogórek małosolny, papryka zielona, mix sałat, powidła śliwkowe, masło, chleb, herbata, kakao(1)	Zupa pomidorowa z makaronem (III)(1,2,3) paluszki rybne z fileta(5) surówka z kapusty kiszzonej, ziemniaki z natką pietruszki(1), lemoniada (15). alergeny - seler,miód, zboża zawierające gluten, ryba, mleko,	woda -0,5 l OWOC 7 DAYS baton owocowy Mus wyciskany ,jogurt scer

Jadłospis może ulegać modyfikacją

DYREKTOR
Szkoły Podstawowej nr 65
mgr Małgorzata Rogowska