

Jadłospis - Szkoła Podstawowa nr 37 im. Kornela Makuszyńskiego

Okres	23.10.2023 - 27.10.2023
Dieta	Podstawowa

Data	Obiad
23.10.2023 3 Poniedziałek	Krem porowy z groszkiem ptysiowym (250g) (wywar wołowo-drobiowy, marchew, por, pietruszka, lubczyk, ziemniaki, śmietana, groszek ptysiowy) Leczo (200g) z chlebkiem (30g) (papryka, cukinia, kielbasa, mięso wieprzowe, pomidory,) Alergeny: gluten, seler, laktoza) Kompot wieloowocowy (200ml) Śliwka (60g)
24.10.2023 3 Wtorek	Zupa ogórkowa z ryżem (250g) (wywar wołowo -drobiowy, marchew, seler, por, pietruszka, pietruszka nać, ogórki kiszzone, śmietana, ryż) Bitki wieprzowe (100g) z puree ziemniaczanym (150g) i modrą kapustą (80g) (łopatka wieprzowa, mąka pszenna , ziemniaki, kapusta czerwona, jabłko, cebula, czosnek,) ALERGENY:(gluten, laktoza, seler) Lemoniada z cytryną i pomarańczą (200ml) śliwka (80g)
25.10.2023 3 Środa	Barszcz biały (250g) (wywar wołowo- drobiowy, marchew, seler, por, pietruszka, pietruszka nać, lubczyk, zakwas barszczu, śmietana, ziemniaki) Kokardy makaronowe z sosem truskawkowo - borówkowym (makaron kokardki, jogurt naturalny, truskawki, borówki amerykańskie, miód) ALERGENY:(gluten, laktoza, seler) Lemoniada z cytryną i pomarańczą (200ml) Kiwi (80g)
26.10.2023 3 Czwartek	Zupa popcornowa(250g) (wywar wołowo- drobiowy, seler, marchew, pietruszka, por, czosnek, kukurydza, ziemniaki, popcorn) Gołąbki bez zawijania z sosem pomidorowym (150g) (kapusta biała, łopatka wieprzowa, ryż, przecier pomidorowy, jaja, śmietana) ALERGENY :(laktoza, seler) Kompot wieloowocowy (200ml) Mus owocowy (120g)
27.10.2023 3 Piątek	Zupa Jarzynowa (250g) (wywar warzywny, marchew, seler, por, pietruszka, pietruszka nać, koper, fasolka szparagowa, ziemniaki, kalafior) Nuggetsy z łososia (100g) z ziemniaczkami (150g) i surówką z kapusty pekińskiej (80g) (filet z łososia, ziemniaki, bułka tarta, kapusta pekińska, kukurydza, rzodkiewka, papryka) Alergeny :(laktoza, seler, gluten) Herbata z cytryną (200ml) Jabłko (120g)

ZASTRZEGA SIĘ ZMIANY W JADŁOSPISIE

Sporządził

Szef kuchni

Dyrektor