

# MENU:)



data	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
<b>Poniedziałek</b> <b>16.12</b>	Owsianka na mleku 200ml Chleb razowy 30g z masłem 4g, sałata 10g, szynka drobiowa 20g, ogórek kiszony 30g Herbata malinowa 150 ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami 250ml Ryż 100g Jesienny kotłeczek z mięsem 60g/30g Mix sałat z rzodkiewką, winegred i słonecznikiem 80g <b>Jabłko</b> Kompot owocowy 150 ml	Paluch 30g Serek waniliowy 150ml Herbata rooibos 150ml
<b>Wtorek</b> <b>17.12</b>	Chleb pszenno - żytni 60g z masłem 8g, pasta z tuńczyka z papryką i kiszonym ogórkiem 50g Herbata z cytryną 200 ml	Zupa meksykańska z indykiem 250ml Pampuchy drożdżowe – 3 szt. Orzechy laskowe Jogurt naturalny z malinami i jagodami 150ml	Frytki 150g Bawarka 150ml
<b>Środa</b> <b>18.12</b>	Płatki jęczmienne na mleku 200ml Chleb wieloziarnisty 30g z masłem 4g paszтет drobiowy 30g, sałata 10g, papryka, ogórek, szczypior 30g Herbata z owoców leśnych 150 ml	Zupa brokułowa z kaszą kuskus 250 ml Gnocchi 100g Gyros z kurczaka z dipem czosnkowym 70g Kolorowe warzywa w stylu śródziemnomorskim 80g <b>BANAN</b> Kompot z mango i ananasa 150 ml	Muffinka własnego wypieku Pomarańcza Koktajl z truskawek na maślanca 150ml
<b>Czwartek</b> <b>19.12</b>	Chleb ze słonecznikiem 60g z masłem 8g, rosłonka 10g, szynka krakowska pieczona 20g, pomidor 30g, szczypior Inka na mleku 150 ml	Zupa pieczarkowa ze spatzlami 250ml Puree ziemniaczane 80g Gołąbki z mięsem w sosie pomidorowym 100g Marchewka paryska z bobem 80g <b>CZEKOLADA GORZKA Z MIGDAŁAMI z okienkiem 100 g</b> Kompot z wiśni 150 ml	Jabłko Chrupki kukurydziane – 2szt. Kakao na mleku 150ml
<b>Piątek</b> <b>20.12</b>	Chleb wiejski 60g Jajecznica ze szczypiorkiem 40g Kolorowa papryka 50g Mleko z kropelką miodu 150 ml	<b>WIGILIA SZKOLNA</b> Pierogi ruskie 180g z cebulką Barszcz świąteczny 200 ml	Baton Crunchy 40g Sok tłoczony „ Pyłek” 150ml

\*Zastrzegamy sobie prawo do zmian w jadłospisie

\*Substancje i produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji zaznaczono wg załącznika II Dziennika Urzędowego Unii Europejskiej L 304/43. W ZSP w kuchni używa się: **zboża zawierające gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasiona sezamu, orzechy**. Każda potrawa może zawierać wyżej wymienione alergeny.