JADŁOSPISY

W OKRESIE CZTERECH TYGODNI (miesiąc)

Posiłki muszą spełniać wymogi żywienia zalecane przez Instytut Matki i Dziecka dla dzieci przedszkolnych i szkolnych oraz być przygotowane zgodnie z obowiązującymi normami żywieniowymi wg Instytutu Żywności i Żywienia, nie mogą być przygotowywane z półproduktów.

|  |  |
| --- | --- |
| DZIEŃ | OBIAD |
|  |  |
| PONIEDZIALEK | Kapuśniak z białej kapusty na kurczaku z ziemniakami, pomidorami i zieloną pietruszką, zapiekanka ryżowa z jarzynami i serem żółtym, kompot wieloowocowy |
| WTOREK | Zupa wiedeńska na indyku z zieloną pietruszką, filety z kurczaka panierowane, ziemniaki mizeria z koperkiem, kompot wieloowocowy |
| ŚRODA | Zupa krem z zielonego groszku, z koperkiem i śmietaną, pierś z indyka w sosie serowym z makaronem i warzywami, sok |
| CZWARTEK | Zupa kalafiorowa na indyku z koperkiem , kurczak pieczony, kasza jaglana, surówka z kapusty modrej z jabłkiem, sok |
| PIĄTEK | Zupa pomidorowa z makaronem ,pietruszką zieloną, filety rybne panierowane, ziemniaki, surówka z kiszonej kapusty, kompot wieloowocowy |
|  |  |
| PONIEDZIAŁEK | Grochówka na wędzonce z ziemniakami i zieleniną, racuchy drożdżowe z jabłkiem, kompot |
| WTOREK | Zupa krem z dyni lub selera ze śmietaną i grzankami, piersi z kurczaka w sosie śmietanowym z warzywami, makaron, kompot lub sok |
| ŚRODA | Zupa brokułowa ze śmietaną i koperkiem, pulpety mielone z indyka w sosie pomidorowym, ziemniaki, surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą, kompot wieloowocowy |
| CZWARTEK | Zupa jarzynowa z ziemniakami, i zieloną pietruszką, pieczeń wieprzowa, kasza jęczmienna, surówka z buraczków z jabłkiem, sok |
| PIĄTEK | Barszcz czerwony z makaronem i zieloną pietruszką, jajecznica ziemniaki, szpinak, kompot wieloowocowy |
|  |  |
| PONIEDZIAŁEK | Zupa ogórkowa na indyku z ziemniakami i zieloną pietruszką, pierogi leniwe ze śmietaną i masłem, sok wieloowocowy |
| WTOREK | Zupa wiedeńska na kurczaku z zieloną pietruszką, sznycel z indyka, ziemniaki, surówka z marchewki z ananasem, sok |
| ŚRODA | Zupa krem z kalafiora ze śmietaną i koperkiem, spaghetti z sosem bolońskim z mięsa wieprzowego i jarzynami, sok |
| CZWARTEK | Zupa pomidorowa z ryżem i zieloną pietruszką, udziec pieczony z indyka, kasza gryczana, surówka koperkowa z białej kapusty, sok |
| PIĄTEK | Zupa makaronowa na indyku z zieloną pietruszką, filety rybne panierowane, ziemniaki, surówka z kapusty kiszonej, napój herbaciany z cytryną |
|  |  |
| PONIEDZIAŁEK | Kapuśniak z kiszonej kapusty z ziemniakami, zapiekanka makaronowa z szynką , warzywami i żółtym serem, sok |
| WTOREK | Zupa jarzynowa z zieleniną, medaliony z piersi kurczaka, ziemniaki, surówka z kapusty białej po żydowsku, sok |
| ŚRODA | Rosół na kurczaku z zieloną pietruszką i makaronem, kurczak w sosie potrawkowym, ryż na sypko, marchewka z groszkiem, sok wieloowocowy |
| CZWARETK | Krupnik na podrobach, z ziemniakami i zieleniną, gulasz wieprzowy, buchty wielkopolskie, surówka z modrej kapusty z jabłkiem, sok wieloowocowy |
| PIĄTEK | Zupa fasolowa na mięsie z ziemniakami, naleśniki z serem lub dżemem i śmietaną, kompot wieloowocowy |