

**Jadłospis: Szkoła Podstawowa Nr 11 im. Hugona
Kottłataja**

ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
-----------	-------	--------------

Poniedziałek, 12 marzec 2018

zupa kapuśniak 300ml, makaron z serem i jabłkiem 250g, kompot 200ml (seler, gluten, mleko)	banan
--	-------

Wtorek, 13 marzec 2018

rosół wołowy z makaronem 300ml, gulasz wieprzowy 120g, kasza jęczmienna 150g, ogórek kanapkowy 70g, kompot 200g, woda (seler, gluten)	jogurt do picia
---	-----------------

Środa, 14 marzec 2018

zupa grysikowa 300ml, kluski z mięsem 200g, kapusta czerwona 70g, kompot 200ml, woda (seler, gluten jajko)	sok
--	-----

Czwartek, 15 marzec 2018

zupa koperkowa 300ml, spaghetti bolonez 250g, kompot 200ml, woda (seler, mleko, gluten)	rogal z nadzieniem jabłkowym,
---	-------------------------------

Piątek, 16 marzec 2018

zupa grochowa 300ml, paluszki rybne 100g, ziemniaki 150g, surówka z kiszanej kapusty i marchewki 80g, kompot 200ml, woda (ryba, gluten, seler)	batonik z ziarnami
--	--------------------

g

D Y R E K T O R
Szkoły Podstawowej nr 11
Grażyna Świerczyńska
mgr Grażyna Świerczyńska

**Jadłospis: Szkoła Podstawowa Nr 11 im. Hugona
Kołtątaja**

ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
-----------	-------	--------------

Poniedziałek, 12 marzec 2018

chleb 35g z masłem 7g,
pasztetem drobiowym 20g,
kiszony ogórek 5g, kakao 200ml
(gluten, mleko,)

zupa kapuśniak 200ml, makaron
z serem i jabłkiem 180g, kompot
200ml (seler, gluten, mleko)

banan

Wtorek, 13 marzec 2018

chleb wieloziarnisty 35g z
masłem 8g, parówki z szynki
70g, papryka 10g, ketchup 5g,
herbata z cytryną 200ml (gluten,
mleko)

rosół wołowy z makaronem
200ml, gulasz wieprzowy 100g,
kasza jęczmienna 100g, ogórek
kanapkowy 60g, kompot 200g,
woda (seler, gluten)

jogurt do picia

Środa, 14 marzec 2018

chleb graham 35g z masłem 8g,
ser biały z miodem 60g , jabłko
10g, herbata owocowa 200ml
(mleko, gluten)

zupa grysikowa 200ml, kluski z
mięsem 180g, kapusta czerwona
60g, kompot 200ml, woda (seler,
gluten jajko)

sok

Czwartek, 15 marzec 2018

bułka kajzerka 40g z masłem
8g, kolorowe kanapki 50g (jajko,
rzodkiewka, pomidor, szczypior),
kakao 200ml (mleko, gluten
, jajko)

zupa koperkowa 200ml,
spaghetti bolonez 200g, kompot
200ml, woda (seler, mleko, gluten
)

rogal z nadzieniem jabłkowym,

Piątek, 16 marzec 2018

chałka maślana 40g z masłem
6g, nutellą 10g, jabłko 10g,
mleko 200ml, (gluten, mleko)

zupa grochowa 300ml, paluszki
rybne 80g, ziemniaki 100g,
surówka z kiszanej kapusty i
marchewki 60g, kompot 200ml,
woda (ryba, gluten, seler)

batonik z ziarnami

D Y R E K T O R
Szkoły Podstawowej nr 11
Grażyna Świerczyńska
mgr Grażyna Świerczyńska