

Jadłospis

Data	Obiad	Podwieczorek	Alergeny	Wartość kaloryczna
08.04.2019	Zupa koperkowa z ziemniakami 250g Ryż z polewą truskawkowo-śmietanową 180g Kompot/ woda 200ml	Soczek 0,2l	Białko, gluten,	1015 kcl
09.04.2019	Zupa grochowa z ziemniakami 250ml Kasza bulgur 100g, Gluasz z indyka 80g, (fasola, kukurydza, groszek) Kompot/ woda 200ml	batonik	Gluten, białko,	1015 kcl
10.04.2019	Pomidorowa z ryżem 250ml Kluski z okrasą 180g, Buraczki czerwone 50g, Kompot/ woda 200ml		Gluten, białko, jajko,	1150 kcl
11.04.2019	Zupa gulaszowa z ziemniakami 250ml Bułka kajzerka 35g Kompot/ woda 200ml Pomarańcza		Białko, gluten,	1200 kcl
12.04.2019	Zupa ogórkowa z ziemniakami 250ml Łazanki jarskie 180g Kompot/ woda 200ml Kiwi		Białko, gluten, jajko,	1080 kcl

D Y R E K T O R
Szkoły Podstawowej nr 11

Grażyna Świerczyńska
mgr Grażyna Świerczyńska

Jadłospis

Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Alergeny	Wartość kaloryczna
08.04.2019	Chleb pszenny z masłem 35g Paszтет drobiowy 20g Ogórek kiszony 15g Kawa inka 200ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 250g Ryż z polewą truskawkowo-śmietanową 180g Kompot/ woda 200ml	Soczek 0,2l	Białko, gluten,	1015 kcl
09.04.2019	Butka grahamka z masłem 40g Ser żółty 15g Pomidor 15g Kakao 200ml	Zupa grochowa z ziemniakami 250ml Kasza bulgur 100g, Głusz z indyka 80g, (fasola, kukurydza, groszek) Kompot/ woda 200ml	batonik	Gluten, białko,	1015 kcl
10.04.2019	Rogal z masłem 35g Miód 5g, mleko 200ml Brzoskwinia 15g	Pomidorowa z ryżem 250ml Kluski z okrasą 180g, Buraczki czerwone 50g, Kompot/ woda 200ml	pomarańcza	Gluten, białko, jajko,	1150 kcl
11.04.2019	Płatki z mlekiem 200ml, Chleb z masłem 35g, Ogórek zielony 15g Herbata ziołowa 200ml	Zupa gulaszowa z ziemniakami 250ml Butka kajzerka 35g Kompot/ woda 200ml Pomarańcza	Wafel ryżowy	Białko, gluten,	1200 kcl
12.04.2019	Wek z masłem Jajecznicza na maśle 40g Szcypiorek 5g Herbata owocowa 200ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami 250ml tazanki jarskie 180g Kompot/ woda 200ml Kiwi	Chrupki kukurydziane	Białko, gluten, jajko,	1080 kcl

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