



## Jadłospis dekadowy 12 – 23 lutego 2018r.



Data Dzień tygodnia	<b>Śniadanie</b> <b>Rozdział energii 25 %</b>	<b>Drugie danie + owoc</b> <b>Rozdział energii 30 %</b>	<b>Zupa + podwieczerek</b> <b>Rozdział energii 20 %</b>
<b>Poniedziałek</b> 12-02-2018	Zupa <u>mleczna</u> , herbata <u>pieczywo</u> mieszane <u>masło</u> , pasta jajeczna kielki brokołu Pomidor, natka pietruszki	<u>Spaghetti</u> carbonare z <u>wędliną serem</u> żółtym sałata zielona z <u>sosem</u> winegret kompot z wiśni ½ jabłka	Zupa jarzynowa ( <u>seler</u> ) <u>Pieczywo</u> z <u>masłem</u> papryką szczypiorkiem <u>paróweczka</u> na ciepło, keczup herbata
<b>Wtorek</b> 13-02-2018	<u>Makaron</u> na <u>mleku</u> <u>kanapki</u> z <u>masłem</u> , filet duszony z indyka- wyrób własny ogórek szczypiorek herbata	Ziemniaki z koperkiem Rumsztyk wieprzowy z cebulką Surówka z pora marchwi z kukurydzą Kompot wieloowocowy 1/2 banana	Krupnik ( <u>seler</u> ) <u>Budyń</u> śmietankowy z sokiem malinowym , <u>ciasteczka</u> owsiane Herbata ziołowa
<b>Środa</b> 14-02-2018	<u>Herbata</u> malinowa <u>pieczywo</u> z <u>masłem</u> : <u>szynka</u> <u>Ser</u> żółty sałata, papryka pomidor natka pietruszki	<u>Pierogi</u> ruskie ( <u>mleko pszenica</u> ) Jogurt naturalny Surówka z marchwi i ananasa kompot wieloowocowy	Barszcz ukraiński ( <u>seler mleko</u> ) sałatka jarzynowa <u>wędlina</u> , <u>pieczywo</u> Herbata miętowa
<b>Czwartek</b> 15-02-2018	Owsianka na mleku z żurawiną <u>Pieczywo</u> z <u>masłem</u> twarożek sucha wędlina herbata z cytryną	Kasza jęczmienna z kukurydzą Gulasz wołowy Fasolka szparagowa na ciepło/ ogórek kiszony kompot z czarnej porzeczki ½ jabłka	Zupa krem z białych warzyw ( <u>seler mleko</u> ) <u>Ciasto</u> marchewkowe ( <u>pszenica</u> ) Sok jabłkowy / woda
<b>Piątek</b> 16-02-2018	<u>Kakao</u> / herbata <u>pieczywo</u> mieszane z masłem Pasta mięsno – serowa / wyrób własny sałata pomidor herbata marchew	Ziemniaki z koperkiem <u>łosoś</u> duszony Warzywa gotowane na parze napój ziołowy z imbirem	Zupa pomidorowa z <u>makaronem</u> ( <u>seler, mleko</u> ) <u>chałka</u> ( <u>pszenica, masło</u> ) kisiel żurawinowy
<b>Poniedziałek</b> 19-02-2018	Płatki mieszane na <u>mleku</u> , <u>Pieczywo</u> z <u>masłem</u> <u>twarożek</u> z rzodkiewką wędlina sałata herbata	<u>Risotto</u> z <u>kurczakiem</u> <u>Sosem</u> pomidorowym Mix sałat z rzodkiewką Kompot wieloowocowy ananas	Zupa ogórkowa ( <u>seler mleko</u> ) <u>Kanapka</u> z <u>tuńczykiem</u> paluszek <u>serka</u> topionego Natka pietruszki herbata zielona
<b>Wtorek</b> 20-02-2018	Herbata, <u>pieczywo</u> mieszane z <u>masłem</u> pasta z <u>makreli</u> pomidor szczypiorek	Ziemniaki z koperkiem <u>Kotlet</u> drobiowy z natką pietruszki Kapusta zasmażana kompot owocowy 1/2 jabłka	Zupa węgierska łagodna ( <u>seler</u> ) Kaszka jaglana z owocami Herbata ,woda
<b>Środa</b> 21-02-2018	Kakao /Herbata owocowa <u>chleb</u> z <u>masłem</u> , <u>jajko</u> <u>Szynka</u> duszona / wyrób wł. Kielki brokołu	<u>Kluski</u> leniwe z <u>serem</u> ( <u>mleko jaja pszenica</u> ) z <u>masłem</u> Surówka z selera marchwi rodzynekami kompot z czarnej porzeczki ½ banana	Zupa fasolowa ( <u>seler</u> ) kanapka na <u>pieczywie</u> żytnim z <u>masłem</u> <u>kabanos</u> Herbata zielona papryka
<b>Czwartek</b> 22-02-2018	Zupa mleczna z bakaliami <u>pieczywo</u> mieszane z <u>masłem</u> , schab rukola herbata plaster kalarepki	<u>Kasza bulgur</u> Gulasz cielęcy w <u>sosie</u> cytrynowym Marchewka mini na ciepło kompot owocowy	Zupa krem z dyni ( <u>seler mleko</u> ) <u>bułeczka</u> cynamonowa- wyrób wł. <u>koktajl</u> bananowy
<b>Piątek</b> 23-02-2018	<u>Bułka</u> z <u>masłem</u> , twarożek Powidła , polędwica sałata pomidor <u>Kakao</u> / Herbata z cytryną	Ziemniaki z koperkiem <u>Dorsz</u> smażony ( <u>jaja pszenica</u> ) surówka z kapusty kiszonej herbata z cytryną imbirem ½ jabłka	Barszcz biały z <u>jajkiem</u> ( <u>seler , mleko</u> ) <u>Pieczywo</u> z <u>masłem</u> <u>ser</u> żółty Ogórek ,koperk herbata malinowa

Starszy Intendent ZSP-4 **Zaznaczono alergeny zgodnie z rozporządzeniem 1169/2011**

**Dzieci z nietolerancją pokarmów otrzymują posiłki zamienne.**