



## Jadłospis tygodniowy 13-05-2019- 17.05.2019

Data Dzień tygodnia	<i><b>Śniadanie</b></i> <i><b>Rozdział energii 25 %</b></i>	<i><b>Drugie danie + owoc</b></i> <i><b>Rozdział energii 30 %</b></i>	<i><b>Zupa + podwieczorek</b></i> <i><b>Rozdział energii 20 %</b></i>
<b>Poniedziałek</b> 13-05-2019	Płatki kukurydziane <b>na mleku</b> , weka ( <b>gluten pszenney</b> ) z masłem ( <b>mleko</b> ), kiełbasa myśliwska, rzodkiewka, sałata roszponka, herbata z <b>miodem</b> i cytryną	Makaron carbonara ( <b>gluten pszenney, jaja</b> ) z parmezanem ( <b>mleko</b> ), szynką i świeżymi ziołami , sok z czarnej porzeczki	Zupa - krem ze świeżych szparagów ( <b>seler</b> ), chlebek bananowy <b>wyrób własny</b> , kawa inka ( <b>mleko</b> ), kalarepka do gryzienia
<b>Wtorek</b> 14-05-2019	Chleb słonecznikowy ( <b>gluten pszenney, gluten żytni</b> ), pasta z jajka i szczypiorku, polędwica drobiowa z indyka, papryka czerwona, kakao ( <b>mleko</b> )	Kotlet schabowy ( <b>gluten pszenney, jaja</b> ) z ziemniakami, kapusta młoda zasmażana ( <b>gluten pszenney, mleko</b> ), kompot owocowy, ½ kiwi	Barszcz czerwony ( <b>seler</b> ), gniazdko maślane ( <b>gluten pszenney, jaja</b> ), <b>mleko</b>
<b>Środa</b> 15-05-2019	Czekoladowa owsianka ( <b>gluten pszenney, mleko</b> ) z gruszką, bułka z sezamem ( <b>gluten pszenney</b> ) z masłem ( <b>mleko</b> ) pieczeń rzymska <b>wyrób własny</b> , pomidor, herbata owocowa	Pierogi ruskie ( <b>gluten pszenney, jaja</b> ) , surówka z marchewki i jabłka, herbata zielona z pomarańczą , plaster melona	Żurek z jajkiem ( <b>seler, mleko</b> ) Chleb razowy ( <b>gluten pszenney, gluten żytni</b> ) z <b>miodem</b> , kawa zbożowa ( <b>mleko</b> ) ½ banana
<b>Czwartek</b> 16-05-2019	Chleb z siemieniem lnianym ( <b>gluten pszenney, gluten żytni</b> ), ser żółty ( <b>mleko</b> ) łosoś wędzony na zimno, ser gałązka koperku, rzodkiewka bawarka ( <b>mleko</b> )	Wątróbka w sosie własnym ( <b>gluten pszenney</b> ), kasza pęczak ( <b>gluten jęczmienny</b> ), ogórek małosolny, lemoniada cytrynowo - miętowa	Zupa z jarzynowa wiosenna zabiłana ( <b>seler, mleko</b> ) Budyń waniliowy ( <b>gluten pszenney, mleko</b> ), biszkopty ( <b>gluten pszenney, jaja</b> ), herbata earl grey,
<b>Piątek</b> 17-05-2019	Chleb pszenno żytni ( <b>gluten pszenney, gluten żytni</b> ) papryka zielona, parówka z keczupem, kawa inka ( <b>mleko</b> ), herbata z lipy	<b>Dorsz panierowany (gluten pszenney, jaja)</b> w sosie cytrynowo – śmietanowym ( <b>mleko</b> ), ziemniaki, surówka z cykorii, sałaty rzymskiej i kopru włoskiego, kompot wieloowocowy, ½ jabłka	Zupa grysikowa ( <b>gluten pszenney, seler</b> ), chałka ( <b>gluten pszenney, jaja</b> ) z dżemem truskawkowym, kakao ( <b>mleko</b> ), słupki marchewki

**Intendent ZSP nr 4** Tłustym drukiem zaznaczono alergeny zgodnie z rozporządzeniem nr 1169/2011. Dzieci z nietolerancją pokarmową otrzymują posiłki zamienne. Dyrektor zastrzega zmiany w jadłospisie.

**Dyrektor:**

**Intendent:**

**Szef kuchni:**