

## SZKOŁA PODSTAWOWA NR 3

JADŁOSPIS OD 30.09.2024 r. DO 11.10.2024 r.

DZIEŃ	ŚNIADANIE / II ŚNIADANIE	OBIAŁ	PODWIECZOREK
<b>Pn.</b> 30.09.2024	Pieczywo mieszane z masłem, wędlina, warzywa kanapkowe. Kawa zbożowa na mleku. Owoc.	Barszcz biały z ziemniakami. Makaron z truskawkami i serkiem homogenizowanym. Kalarepa do chrupania. Sok. Owoc.	Pieczywo mieszane z masłem, wędlina, warzywa kanapkowe. Herbata zwykła.
<i>Alergeny</i>	<i>Mleko, gluten</i>	<i>Seler, gluten, mleko</i>	<i>Mleko, gluten</i>
<b>Wt.</b> 01.10.2024	Kasza manna na mleku. Pieczywo mieszane z serkiem kanapkowym, warzywa kanapkowe. Owoc.	Grochówka bez ziemniaków. Roladki drobiowe z serkiem, ziemniaki. Surówka z marchwi z anansem. Sok.	Pieczywo mieszane z masłem, pasztet, warzywa kanapkowe. Mięta.
<i>Alergeny</i>	<i>Mleko, gluten</i>	<i>Seler, gluten, mleko</i>	<i>Mleko, gluten</i>
<b>Śr.</b> 02.10.2024	Pieczywo mieszane z masłem, wędlina, warzywa kanapkowe. Kakao. Owoc.	Zupa brokułowa z ziemniakami. Gołąbki w sosie pomidorowym, ziemniaki. Ogórek do chrupania. Sok.	Pieczywo mieszane z masłem, pasta jajeczna, warzywa kanapkowe. Herbata owocowa.
<i>Alergeny</i>	<i>Mleko, gluten</i>	<i>Seler, gluten, mleko</i>	<i>Mleko, gluten, jajka</i>
<b>Czw.</b> 03.10.2024	Płatki ryżowe na mleku. Pieczywo mieszane z masłem, ser żółty, warzywa kanapkowe. Owoc.	Zupa koperkowa z ziemniakami. Potrawka z kurczaka, ryż. Surówka z cukinii z marchewką i papryką. Kompot z owoców mieszanych. Owoc.	Pieczywo mieszane z masłem, wędlina, warzywa kanapkowe. Herbata zwykła.
<i>Alergeny</i>	<i>Mleko, gluten</i>	<i>Seler, gluten, mleko</i>	<i>Mleko, gluten</i>
<b>Pt.</b> 04.10.2024	Jajecznica. Pieczywo mieszane z masłem, warzywa kanapkowe. Kawa zbożowa na mleku. Owoc.	Zupa ziemniaczana z pomidorami. Kluski leniwe. Papryka do chrupania. Kompot z owoców mieszanych.	Ciasto drożdżowe z masłem, jogurt naturalny z owocami.
<i>Alergeny</i>	<i>Mleko, gluten, jajka</i>	<i>Seler, gluten, mleko, jajka</i>	<i>Mleko, gluten</i>
<b>Pn.</b> 07.10.2024	Płatki owsiane na mleku. Pieczywo mieszane z serkiem kanapkowym, warzywa kanapkowe. Owoc.	Zupa pieczarkowa z ziemniakami. Spaghetti. Rzodkiewka do chrupania. Kompot z owoców mieszanych.	Pieczywo mieszane z masłem, wędlina, warzywa kanapkowe. Herbata zwykła.
<i>Alergeny</i>	<i>Mleko, gluten</i>	<i>Seler, gluten, mleko</i>	<i>Mleko, gluten</i>
<b>Wt.</b> 08.10.2024	Pieczywo mieszane z masłem, wędlina, warzywa kanapkowe. Kakao. Owoc.	Zupa dyniowa. Kotlet mielony, ziemniaki. Buraki zasmażane. Kompot z owoców mieszanych.	Pieczywo mieszane z masłem, ser żółty, warzywa kanapkowe. Mięta.
<i>Alergeny</i>	<i>Mleko, gluten</i>	<i>Seler, gluten, mleko, jajka</i>	<i>Mleko, gluten</i>
<b>Śr.</b> 09.10.2024	Kasza manna na mleku. Pieczywo mieszane z serkiem homogenizowanym. Owoc.	Krupnik jęczmienny. Gulasz wieprzowy, ziemniaki. Surówka z ogórka i marchewki. Sok.	Pieczywo mieszane z masłem, wędlina, warzywa kanapkowe. Herbata owocowa.
<i>Alergeny</i>	<i>Mleko, gluten</i>	<i>Seler, gluten</i>	<i>Mleko, gluten</i>
<b>Czw.</b> 10.10.2024	Pieczywo mieszane z masłem, wędlina, warzywa kanapkowe. Kawa zbożowa na mleku. Owoc.	Zupa ogórkowa z ziemniakami. Fasolka po bretońsku, bułka. Marchew do chrupania. Kompot z owoców mieszanych. Owoc.	Jajka gotowane. Pieczywo mieszane z masłem, warzywa kanapkowe. Herbata zwykła.
<i>Alergeny</i>	<i>Mleko, gluten</i>	<i>Seler, gluten, mleko</i>	<i>Mleko, gluten, jajka</i>
<b>Pt.</b> 11.10.2024	Płatki kukurydziane na mleku. Pieczywo mieszane z masłem, dżem. Owoc.	Zupa pomidorowa z makaronem. Filet z miruny smażony, ziemniaki. Surówka z kapusty kiszzonej. Sok.	Chałka z masłem, kefir z owocami.
<i>Alergeny</i>	<i>Mleko, gluten</i>	<i>Seler, gluten, mleko, jajka, ryba</i>	<i>Mleko, gluten</i>

Śniadania i podwieczorki dotyczą klasy „0”.

Kierownik Świetlicy  
*Wojciech*  
mgr Urszula Karaszka