

JADŁOSPIS SZKOŁA SP 5 06.11.2017 – 10.11.2017

L.p.	Dzień tygodnia	Obiady	Ilość w gramach
1	Poniedziałek	Zupa z fasolki szparagowej (SEL, GLU, BIA) Ziemniaki Kotlet mielony wieprzowy (JAJ, GLU) Sos pieczeniowy jasny (GLU) Buraczki Owoc	350 250 1 szt 50 100 1 szt 680kcal
2	Wtorek	Barszcz czerwony z ziemniakami (SEL) Zapiekanka ziemniaczana z mięsem mielonym, warzywami i serem (BIA, GLU, SEL) Owoc	350 300 1 szt 665 kcal
3	Środa	Zupa pomidorowa z ryżem (GLU, BIA, SEL) Ziemniaki Udko pieczone z kurczaka Surówka wielowarzywna Owoc	350 250 1 szt 100 1 szt 660 kcal
4	Czwartek	Zupa marchewkowa (SEL) Spaghetti bolognese (GLU) Owoc	350 300 1 szt 645 kcal
5	Piątek	Kapuśniak z kiszzonej kapusty (SEL) Ziemniaki Jajo w sosie koperkowym (JAJ, GLU) Groszek z marchewką Owoc	350 250 1 szt/100 100 1 szt 680 kcal