

**JADŁOSPIS SZKOŁA PODSTAWOWA NR 5 18.09.2017 – 22.09.2017**

L.p.	Dzień tygodnia	Obiady	Ilość w gramach
1	Poniedziałek	Zupa jarzynowa (GLU, SEL, BIA) Leczo warzywne z kurczakiem (GLU, SEL, GOR) Ryż Owoc	350 120 250 100  982 kcal
2	Wtorek	Żurek z kiebasą (GLU, JAJ, SOJ, GOR) Naleśniki z dżemem/ z twarogiem (GLU, JAJ, BIA) Sos jogurtowy (BIA) Owoc	350 300 50 100 200  980 kcal
3	Środa	Krupnik (GLU, SEL, GOR) Ziemniaki z zieloną Pulpet drobiowy (GLU, JAJ) Sos pomidorowy (GLU, BIA) Surówka wielowarzywna Owoc	350 250 100 50 150 200 100  988 kcal
4	Czwartek	Zupa ogórkowa (GLU, SEL, BIA) Pierogi leniwe z masłem (GLU, JAJ, BIA) Owoc	350 300 100 200  997 kcal
5	Piątek	Zupa pomidorowa z makaronem ( GLU, BIA, SEL, JAJ) Ziemniaki Ryba smażona (GLU, RYB, JAJ) Surówka z kapusty kiszanej Owoc	350 250 100 150 100 200  1000 kcal