



JADŁOSPIS

Menu podstawowe SP 80

21.09.2020 - 27.09.2020

poniedziałek
21 wrzesień

śniadanie: zupa mleczna, wafel ryżowy z szynką, szpinakiem i rzodkiewką, herbata z cytryną (1, 3, 7)
zupa: zalewajka (1, 9, 10)
drugie danie: pierś kurczaka pieczona, dip koperkowy, ryż, surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem kwaszonym i pestkami dyni (7)
deser: ciasto domowe (1, 3, 7)
napój: woda mineralna z cytryną
podwieczorek: serek waniliowy, sok (7)

wtorek
22 wrzesień

śniadanie: parówka z wody, sos pomidorowy, kanapka z pieczywa razowego z masłem, ogórek, papryka, kakao (1, 7, 10)
zupa: krem z pieczonych warzyw (7, 9)
drugie danie: odwrócone gołąbki z ryżem z sosem pomidorowym, ziemniaki, mix sałat z pomidorem i ziarnami słonecznika (1, 3, 7)
deser: jabłko
napój: kompot wieloowocowy, woda mineralna
podwieczorek: mus owocowy, chrupki kukurydziane Sante

środa
23 wrzesień

śniadanie: jajecznica z 1 jajka na maśle, kanapka z 1/2 bułki z ziarnem, ogórek, papryka, marchewka do chrupania, herbata owocowa (3, 7)
zupa: brokułowa (7, 9)
drugie danie: sałatka owocowa, makaron z serem i truskawkami z jogurtem (1, 3, 7)
deser: kisiel
napój: sok, woda mineralna
podwieczorek: ciastko owsiane Łan, sok (1, 3, 5, 11)

czwartek
24 wrzesień

śniadanie: płatki kukurydziane z jogurtem naturalnym, chałka z masłem i konfiturą owocową, rzodkiewka do chrupania, mleko (1, 7)
zupa: fasolowa (9)
drugie danie: kotlet schabowy, ziemniaki, marchewka baby z wody (1, 3)
deser: galaretki
napój: woda mineralna z cytryną
podwieczorek: drożdżówka z owocami, woda mineralna (1, 3, 7)

piątek
25 wrzesień

śniadanie: ryż na mleku, kanapka z 1/2 bułki z masłem, pastą jajeczną i rzodkiewkami, banan, herbata z cytryną (1, 3, 7)
zupa: kalafiorowa (7, 9)
drugie danie: medalion z mintaja panierowany, kasza burgul, surówka z kiszzonej kapusty, z marchewką i jabłkiem (1, 3, 4)
deser: ciastko z ziarnami słonecznika (1, 8)
napój: napój z zielonej herbaty i cytrusów, woda mineralna
podwieczorek: wafle ryżowe z polewą malinową Sante, sok (7)

Oznaczenia alergenów: 1. Zboża zawierające gluten, 2. Skorupiaki i produkty pochodne, 3. Jaja i produkty pochodne, 4. Ryby i produkty pochodne, 5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne, 6. Soja i produkty pochodne, 7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8. Orzechy, 9. Seler i produkty pochodne, 10. Gorczyca i produkty pochodne, 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne, 12. Dwutlenek siarki i siarczyny, 13. Łubin i produkty pochodne, 14. Mięczaki i produkty pochodne

Szczegółowy wykaz alergenów znajduje się w zakładce "Pomoc" po zalogowaniu do aplikacji www.zamowposilek.pl

Szkoła Podstawowa nr 80, im. Marii Kownackiej, ul. Aspekt 48, 01-904 Warszawa