

Jadłospis Lato w mieście i dyżur zerówkowy 24 czerwca – 19 lipca 2024

Poniedziałek, 24 czerwca	
zupa	żurek z ziemniakami 1,7,9
drugie danie	chili con carne, makaron 1
warzywa	kapusta pekińska z pomidorami i koperkiem
napój	woda mineralna
podwieczorek	jogurt owocowy, wafelki 1,7
Wtorek, 25 czerwca	
zupa	pomidorowa z makaronem 1,7,9
drugie danie	burger wieprzowy, ziemniaki 1,3
warzywa	sałata lodowa z rzodkiewkami i ogórkami
napój	woda mineralna/kompot
podwieczorek	ciastka owsiane, sok 1,7
Środa, 26 czerwca	
zupa	kalafiorowa z ziemniakami 1,7,9
drugie danie	kluski leniwe z masłem i tartą bułką 1,3,7
warzywa	sałatka owocowa
napój	sok/ woda mineralna
podwieczorek	owoc, herbatniki 1,7
Czwartek, 27 czerwca	
zupa	barszcz ukraiński z ziemniakami 1,7,9
drugie danie	kolorowy kociołek z kurczakiem i warzywami, kasza kus kus 1
warzywa	surówka z białej kapusty z marynatami
napój	herbata malinowa/ woda mineralna
podwieczorek	baton granola z miodem, woda mineralna
Piątek, 28 czerwca	
zupa	koperkowa z ziemniakami
drugie danie	ryż z musem jabłkowym i jogurtem
warzywa	surówka z marchewki z jabłkiem
napój	herbata z cytryną/woda mineralna
podwieczorek	serek waniliowy, biszkopty

Poniedziałek, 01 lipca	
zupa	ogórkowa z ziemniakami 1,7,9
drugie danie	udziki z kurczaka, ryż 7
warzywa	kapusta pekińska z rzodkiewkami i kukurydzą
napój	woda mineralna
podwieczorek	mus owocowy, herbatniki
Wtorek, 02 lipca	
zupa	krupnik z ziemniakami 1,9
drugie danie	makaron bolognese z mięsem wieprzowo-cielecym 1
warzywa	surówka z białej kapusty z ogórkiem kwaszonym
napój	herbata malinowa/woda mineralna
podwieczorek	wafel ryżowy w polewie malinowej, mleko smakowe waniliowe
Środa, 03 lipca	
zupa	kapuśniak z ziemniakami 9
drugie danie	pierś kurczaka panierowana w otrębach, kus-kus 1,3
warzywa	surówka z tartych buraków z jabłkiem
napój	sok/woda mineralna
podwieczorek	Snacki kukurydziane, sok
Czwartek, 04 lipca	
zupa	pomidorowa z makaronem 1,7,9
drugie danie	kotlet mielony, ziemniaki 1,3
warzywa	mizeria 7
napój	woda mineralna/kompot
podwieczorek	Sokuś jabłkowy, Flix kakaowy
Piątek, 05 lipca	
zupa	jarzynowa z ziemniakami 1,7,9
drugie danie	racuchy z jabłkami 1,3,7
warzywa	surówka z marchewki z jabłkiem
napój	herbata z cytryną
podwieczorek	jogurt pitny, chrupki kukurydziane bananowe 7

Poniedziałek, 08 lipca	
zupa	zacierkowa z ziemniakami 1,9
drugie danie	gulasz wieprzowy, kasza 1
warzywa	ogórek kwaszony
napój	woda mineralna
podwieczorek	ciastka owsiane z kokosem i gorzką czekoladą, woda mineralna 1,7
Wtorek, 09 lipca	
zupa	barszcz biały z ziemniakami 1,7,9
drugie danie	makaron z truskawkami i serem w sosie śmietanowym 1,7
warzywa	sałatka owocowa
napój	sok/woda mineralna
podwieczorek	mus owocowy , granola z miodem
Środa, 10 lipca	
zupa	kalafiorowa z ziemniakami 1,7,9
drugie danie	pierogi z mięsem i okrasą 1
warzywa	surówka z marchewki z jabłkiem
warzywa	woda mineralna/kompot
podwieczorek	batonik crunchy żurawinowy, sok
Czwartek, 11 lipca	
zupa	rosół z makaronem 1,9
drugie danie	klopsy z ryżem i natką pietruszki w sosie koperkowym, ziemniaki 3,7
napój	herbata malinowa
warzywa	colesław 7
podwieczorek	FIT ciastka zbożowe z kakao, woda mineralna
Piątek, 12 lipca	
zupa	krem z jarzyn 7,9
drugie danie	paluszki rybne w kukurydzianej panierce, ziemniaki
warzywa	surówka z kapusty kiszzonej i marchewki
napój	kompot
podwieczorek	mleko smakowe truskawkowe, herbatniki 1,7

--

Poniedziałek, 15 lipca	
zupa	grochowa z ziemniakami 9
drugie danie	filet z kurczaka w sosie pieczarkowym, kasza bulgur 7,9
warzywa	bukiet warzyw gotowanych na parze
napój	sok/woda mineralna
podwieczorek	nektarynka, ciastko 1,7
Wtorek, 16 lipca	
zupa	barszcz czerwony z ziemniakami 1,7,9
drugie danie	pierogi z białym serem, bita śmietana 1,3,7
warzywa	sałatka owocowa
napój	woda mineralna
podwieczorek	wafelki kakaowe; sok
Środa, 17 lipca	
zupa	koperkowa z ryżem 9
drugie danie	kotlet schabowy, ziemniaki 1,3
warzywa	mizeria na sałacie lodowej
napój	herbata malinowa/woda mineralna
podwieczorek	galaretka owocowa; biszkoty
Czwartek, 18 lipca	
zupa	pomidorowa z makaronem 1,7,9
drugie danie	pieczony kurczak z duszonymi warzywami (papryka, cukinia, bakłażan, pieczarki), kasza kus-kus
napój	kompot
warzywa	miks sałat z jogurtem 7
podwieczorek	granola kakaowa, woda mineralna 8
Piątek, 19 lipca	
zupa	ogórkowa z ziemniakami 1,7,9
drugie danie	makaron z sosem z pomidorów pelati z ziołami
warzywa	surówka z czerwonej kapusty
napój	woda mineralna
podwieczorek	serek waniliowy, baton karmelowy Flips