


# Jadłospis dla ZSP NR 9- ul.Solskiego 13

## Jadłospis podstawowy



 <b>rettman</b>	Zupa	Drugie danie	Podwieczorek
<b>Poniedziałek</b>  <b>30.03</b>	Zupa ryżowa z tartymi warzywami i zieloną natką pietruszki (1,7,9) 300ml	Pierogi z ziemniakami i serem twarogowym (1,7) 5szt. okraszone masłem (7) Kleks jogurtu naturalnego (7) 30g Woda mineralna 200ml	Owoc sezonowy 1 szt.
<b>Wtorek</b>  <b>31.03</b>	Grochówka z majerankiem i zieloną natką pietruszki (1,7,9) 300ml	Mintaj w panierce z pieca (1,3,4) 90g, Ziemniaki z koperkiem 150g, Surówka z kiszonej kapusty z jabłkiem, marchewką i cebulką 90g, Lemoniada cytrynowa 200ml	Owoc sezonowy 1 szt.
<b>Środa</b>  <b>01.04</b>	Żurek z jajkiem, ziemniakami i zieloną natką pietruszki (1,3,7,9) 300ml	Nuggetsy drobiowe z pieca (1,3) 3szt. Puree ziemniaczane 150g, Mizeria z ogórków i rzodkiewek (7) 90g, Woda mineralna z miętą 200ml	Owoc sezonowy 1 szt.
<b>Czwartek</b>  <b>02.04</b>	<b>WIELKI CZWARTEK</b>		
<b>Piątek</b>  <b>03.04</b>	<b>WIELKI PIĄTEK</b>		

W jadłospisie oznaczone zostały alergeny zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011: 1.Zboża zawierające gluten, 2. Skorupiaki i produkty pochodne, 3. Jaja i produkty pochodne, 4. Ryby i produkty pochodne, 5. Orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6. Soja i produkty pochodne, 7. Mleko i produkty pochodne, 8. Orzechy, 9. Seler i produkty pochodne, 10. Gorczyca i produkty pochodne, 11. Sezam i produkty pochodne, 12. Dwutlenek siarki i siarczyny, 13. Łubin i produkty pochodne, 14. Mięczaki i produkty pochodne.

Jadłospis został przygotowany przez dietetyka mgr inż. Ewelinę Pawełkę

# Jadłospis dla ZSP NR 9- ul.Solskiego 13

## Jadłospis podstawowy



rettman

Zupa

Drugie danie

Podwieczorek

Poniedziałek  
Wielkanocny

06.04



Wtorek

07.04

DZIEŃ WOLNY

Środa

08.04

Barszcz czerwony z ziemniakami i zieloną natką pietruszki (1,7,9) 300ml

Makaron spaghetti z pesto pomidorowym własnego wyrobu posypany startym żółtym serem (1,7,9) 250g  
Woda mineralna z miętą 200ml

Owoc sezonowy 1 szt.

Czwartek

09.04

Rosół z makaronem z pszenicy durum i zieloną natką pietruszki (1,9) 300ml

Kotlet drobiowy w panierce z sezamem (1,3,11) 90g,  
Ziemniaki z koperkiem 150g,  
Warzywa na parze 90g,  
Woda mineralna z cytryną i miętą 200ml

Ciasto własnego wypieku (1,3,7) 70g

Piątek

10.04

Krem z zielonych warzyw z sałatą maslową z grzankami i zieloną natką pietruszki (1,7,9) 300ml

Puszyste pancakes własnego wyrobu (1,3,7) 4szt.  
Mus owocowy własnego wyrobu (7) 90g  
Woda mineralna 200ml

Owoc sezonowy 1 szt.

W jadłospisie oznaczone zostały alergeny zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011: 1. Zboża zawierające gluten, 2. Skorupiaki i produkty pochodne, 3. Jaja i produkty pochodne, 4. Ryby i produkty pochodne, 5. Orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6. Soja i produkty pochodne, 7. Mleko i produkty pochodne, 8. Orzechy, 9. Seler i produkty pochodne, 10. Gorczyca i produkty pochodne, 11. Sezam i produkty pochodne, 12. Dwutlenek siarki i siarczyny, 13. Łubin i produkty pochodne, 14. Mięczaki i produkty pochodne.

Jadłospis został przygotowany przez dietetyka mgr inż. Ewelinę Pawełkę