

JADŁOSPIS

Szkoła Podstawowa nr 8 w Zgierzu

Oddziały Przedszkolne

DZIEŃ TYGODNIA	DATA	ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD			PODWIECZOREK	ALERGENY
				ZUPA	DRUGIE DANIE	DODATKI		
<u>poniedziałek</u>	14 stycznia 2019	Kasza manna na mleku, bułka sojowa z masłem, parówki z szynki na ciepło, rzodkiewka, pomidor, ogórek, kiełki, kawa Inka na mleku, woda min. n/g	owoc	Barszcz ukraiński	Pierogi z serem, cukrem trzcinowym i cynamonem	Mus owocowy, kompot z owoców mieszanych	Chleb wiosenny z masłem, paluszki rybne, ogórek kiszony, pomidor, herbata owocowa z imbirem, woda min. n/g	1,3,4,6,7,9 11
<u>wtorek</u>	15 stycznia 2019	Chleb gwarek z masłem, jajecznica ze szczypiorkiem, pomidor, rzodkiewka, kakao, woda min. n/g	owoc	Zupa ogórkowa	Kotlet mielony, ziemniaki z zieleniną	Buraczek, sok jabłkowy	Budyń z owocami, herbatniki, herbata z cytryną i miodem, woda min. n/g	1,3,7,9,11
<u>środa</u>	16 stycznia 2019	Chleb swojak z masłem, pieczeń z warzywami, sałata, pomidor, ogórek, kawa Inka na mleku, woda min. n/g	owoc	Zupa grochowa	Ryż z sosem malinowo - jogurtowym	Kompot z owoców mieszanych, wafle ryżowe z amarantusem	Bułka grahamka z masłem, polędwica sopocka, ogórek, pomidor, rzodkiewka, kiełki, kakao, woda min. n/g	1,3,7,9, 11
<u>czwartek</u>	17 stycznia 2019	Chleb razowy z masłem, ser żółty, sałata, pomidor, papryka, ogórek, kawa Inka na mleku, woda min. n/g	owoc	Zupa grysikowa	Polędwiczeki wieprzowe w sosie własnym, kasza pęczak	Mini marchewki gotowane, sok jabłkowy	Chałka z masłem i dżemem, koktajl jogurtowo – owocowy, herbata z imbirem, woda min. n/g	1,3,7,9,11
<u>piątek</u>	18 stycznia 2019	Płatki kukurydziane na mleku, chleb razowy z masłem, szynka drobiowa, sałata, pomidor, ogórek kiszony, kawa Inka na mleku, woda min. n/g	owoc	Zupa marchewkowa	Łosoś, ziemniaki z zieleniną	Sałatka z sałaty lodowej z kiełkami i ziarnami słonecznika, kompot z owoców mieszanych	Bułka kajzerka z masłem, twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem, pomidor, kakao, woda min. n/g	1,3,4,7,9,11