

# JADŁOSPIS

Szkoła Podstawowa nr 8 w Zgierzu  
Oddziały Przedszkolne



## PONIEDZIAŁEK 13.05

**ŚNIADANIE** : płatki kukurydziane na mleku 150ml; angelka z masłem 50 g, pasta jajeczna ze szczypiorkiem 50g, papryka 10g, ogórek zielony 10g, rzodkiewka 10g, herbata owocowa 150ml, woda min. n/g ( **alergeny** : 1,3,7)

**OBIAD** : barszcz biały z kiełbasą 200ml; zapiekany ryż z jabłkiem, cukrem i cynamonem ze śmietaną 250g, kompot z owoców mieszanych (truskawka, śliwka, agrest, porzeczka, aronia) 150ml ( **alergeny** : 1,7,9)

**PODWIECZOREK** : ciasto drożdżowe z owocami 100g, kakao 150 ml, woda min. n/g ( **alergeny**: 1,3,7)

## WTÓREK 14.05 TYLKO PRZEDSZKOLE

**ŚNIADANIE** : chleb ziarnisty z masłem 50g, twarożek z jogurtem i szczypiorkiem 50g, rzodkiewka 10g, papryka 10g, kakao 150 ml, woda min. n/g ( **alergeny** : 1,7)

**OBIAD** : zupa grysikowa 200ml; filet z kurczaka 90g, ziemniaki 100g, surówka z marchewki 100g, sok jabłkowo-cytrynowy 150ml ( **alergeny**: 1,3,7,9 )

**PODWIECZOREK** : bułka mammamija z masłem 50g; ser żółty 50g, pomidor 10g, ogórek kiszony 10g, kawa Inka z mlekiem 150 ml, woda min. n/g ( **alergeny** : 1,7)

## ŚRODA 15.05 TYLKO PRZEDSZKOLE

**ŚNIADANIE** : chleb razowy z masłem 50g, makrela w pomidorach 50g, ogórek zielony 10g, kiełki 5g herbata owocowa 150ml, woda min. n/g ( **alergeny** : 1,7 )

**OBIAD** : Krupnik z kaszy 200ml; Pierogi z serem cukrem i cynamonem 200g, kompot z owoców mieszanych (truskawka, śliwka, agrest, porzeczka, aronia) 150ml ( **alergeny** : 1,3,7,9 )

**PODWIECZOREK** : bułka kajzerka z masłem 50g, szynka z indyka 40g, sałata 2g, pomidor 10g, papryka 10g, rzodkiewka 5g, kawa Inka na mleku 150ml, woda min. n/g ( **alergeny** : 1 )

## CZWARTEK 16.05 TYLKO PRZEDSZKOLE

**ŚNIADANIE** : Bułka kajzerka 50g; parowniki z szynki na ciepło 50g, sałata 5g, pomidor 10g, ogórek zielony 10g, rzodkiewka 10g, kawa inka z mlekiem 150ml, woda min. n/g ( **alergeny** : 1,7 )

**OBIAD** : Zupa jarzynowa 200ml, gulasz wieprzowy 80g, kasza jęczmienna 100g, ogórek kiszony 100g, kompot z owoców mieszanych (truskawka, śliwka, agrest, porzeczka, aronia) 150ml ( **alergeny** : 7 )

**PODWIECZOREK** : budyń waniliowy z owocami 150g, wafle ryżowe 15g, herbata owocowa 150ml, woda min. n/g ( **alergeny** : 7 )

## PIĄTEK 17.05 TYLKO PRZEDSZKOLE

**ŚNIADANIE** : lane kluski na mleku 150ml; chleb wiosenny z masłem 50g, polędwica sopocka 60g, herbata z cytryną i miodem 150ml, woda min. n/g ( **alergeny** : 1,3,7 )

**OBIAD** : zupa buraczkowa 200ml; paluszki rybne 80g, ziemniaki 100g, surówka z kiszonej kapusty 100g, kompot z owoców mieszanych (truskawka, śliwka, agrest, porzeczka, aronia) 150ml ( **alergeny** : 1,3,4,7,9 )

**PODWIECZOREK** : Bułka grahamka z masłem 50g, serek topiony 50g, sałata 2g, pomidor 10g, ogórek zielony 10g, rzodkiewka 10g, kawa Inka z mlekiem 150ml, woda min. n/g ( **alergeny** : 1,7 )

SMACZNEGO