Szkoła Podstawowa nr 20 – ul. Kamieńskiego 24 Jadłospis podstawowy 1–5.01.2018		RETTMAN
DZIEŃ	**OBIAD**	**DESER**
PONIEDZIAŁEK 1.01	WOLNE	
WTOREK 2.01	zupa z fasolki szparagowej z ziemniaczkami i natką pietruszki **(seler, gluten)** 300 ml, makaron penne (**gluten**) z pesto pomidorowym (**mleko, gluten, seler**) posypany startym serem żółtym 150 g/150 g kompot owocowy 200 ml	owoc 1szt.
ŚRODA 3.01	rosół z lanymi kluskami i natką pietruszki **(seler, gluten)** 300 ml, paprykowe udko z kurczaka 1 szt. puree ziemniaczane 150 g surówka cztery pory roku 80 g kompot owocowy 200 ml	kisiel owocowy do picia 150g herbatniki **(mleko, gluten, jaja)**
CZWARTEK 4.01	zupa ogórkowa z ziemniakami **(seler, gluten, mleko)** 300 ml, duszony gulasz wieprzowy (**gluten, mleko, seler**) 150 g kasza jęczmienna (**gluten**) 150 g surówka z białej kapusty z koperkiem 80 g kompot owocowy 200 ml	owoc 1szt.
PIĄTEK 5.01	krupnik kukurydziany z ziemniaczkami i natką pietruszki **(seler, gluten, mleko)** 300 ml, pampuchy (**gluten, jaja, drożdże**) na parze 2 szt. polewa **jogurtowa** z kawałkami owoców 80 g kompot owocowy 200 ml	owoc 1szt.

W jadłospisie pogrubioną czcionką zaznaczono alergeny zgodnie z rozporządzeniem 1169/2011

Szkoła Podstawowa nr 20 – ul. Kamieńskiego 24

Jadłospis podstawowy

8–12.01.2018

DZIEŃ	OBIAD	DESER
PONIEDZIAŁEK 8.01	zupa neapolitanka z makaronem grandine i natką pietruszki **(seler, gluten, mleko)** 300 ml, kurczak w sosie słodko kwaśnym (**gluten, seler**) 150 g ryż na sypko 150 g surówka zimowa 80 g kompot owocowy 200 ml	owoc 1szt.
WTOREK 9.01	zupa pomidorowa z ryżem i natką pietruszki **(seler, gluten)** 300 ml, kotlet mielony (**gluten, jaja**) 80 g puree ziemniaczane 150 g mizeria z rzodkiewką (**jogurt**) 80 g kompot owocowy 200 ml	owoc 1szt.
ŚRODA 10.01	żurek z ziemniakami i **jajkiem (seler, gluten, mleko)** 300 ml, paluszki **rybne** z fileta (**gluten, jaja**) 2 szt. ziemniaki z koperkiem 150 g surówka z białej rzodkwi ze szczypiorkiem 80 g kompot owocowy 200 ml	wafelek kakaowy (**jaja, mleko, gluten, kakao**) 1szt.
CZWARTEK 11.01	kapuśniak z kiszonej kapusty z ziemniakami i natką pietruszki **(seler, gluten, mleko)** 300 ml, filet z kurczaka w panierce (**gluten, mleko**) 80 g ziemniaki z koperkiem 150 g surówka z buraczków 80 g kompot owocowy 200 ml	**jogurt** owocowy 150 g
PIĄTEK 12.01	zupa krem z dyni z ziarnem słonecznika **(seler, gluten, mleko)** 300 ml, makaron kokardki (**gluten**) z warzywami (**seler**) 250 g sos pomidorowy z ziołami (**mleko, gluten**) 80 g kompot owocowy 200 ml	owoc 1szt.

W jadłospisie pogrubioną czcionką zaznaczono alergeny zgodnie z rozporządzeniem 1169/2011