

Jadłospis 5 - 16 grudnia 2022

SZKOŁA PODSTAWOWA
im. Ppłt. Emilii Gierczak

	5 pn	6 wt	7 śr	8 cz	9 pt	12 pn	13 wt	14 śr	15 cz	16 pt
śniadanie	kakao na mleku 1	płatki ryżowe na mleku 1	bawarka 1	płatki kukurydziane na mleku 1	kawa inka na mleku 1	mleko z miodem 1	płatki łączymienne na mleku 1	kakao na mleku 1	płatki owsiane na mleku 1	bawarka 1
	kanapki z masłem 1	bułka z ciasta z masłem 1	bułka dzielona z masłem 1	grahamka z masłem 1	kajzerka z masłem 1	bułka ziarnista z masłem 1	kanapki z masłem 1	grahamka z masłem 1	kajzerka z masłem 1	bułka dzielona z masłem 1
	ser żółty 1	jajecznicę 4	makrela 5	dżem owocowy 1	serrek puszysty 1	ogonówka 1	tuńczyk 5	ser biały 1	filet gotowany 1	jajko gotowane 1
	pomidor 1	szczypior 1	rzodkiewka 1	rumianek z miodem 1	papryka 1	rumianek z miodem 1	papryka 1	szczypior 1	rzodkiewka 1	sałata 1
obiad	owocowa z cukrem 1	mięta z miodem 1	melisa z miodem 1	rumianek z miodem 1	pokrzywa z miodem 1	herbata czarna z cytryną i miodem 1	rumianek z miodem 1	mięta z miodem 1	melisa z miodem 1	owocowa z cukrem 1
	winogron 1	mandarynka 1	marchew 1	jabłko 1	banan 1	gruszka 1	marchew 1	jabłko 1	winogron 1	mandarynka 1
	fasolowa z ziemniakami 1	jarzynowa z ziemniakami 1	kalafiorowa z makaronem 1	pomidorowa z ryżem 1	pieczarkowa z makaronem 1	grochowa z ziemniakami 1	zacierkowa z ziemniakami 1	ogórkowa z ryżem 1	rosół z makaronem 1	czterwony barszcz z makaronem 1
	ryż ze śmietaną i cynamonem 1	pulpety wieprzowe w s. pomidorowym, kasza pęczak 1	gyros z kurczaka, ziemniaki 1	szynka pieczona, ziemniaki 1	ryba ze szpinakiem, ziemniaki 1	makaron z serem 1	gulasz z topatki, kasza łączymienne 1	udko pieczone, ziemniaki 1	potrawka z kurczaka, ziemniaki 1	paluszki rybne, ziemniaki 1
podwieczorek	jabłko 1	sur z białej kapusty 1	fasolka na ciepło 1	sur z marchewki 1		mandarynka 1	sur z selera 1	marchew z groszkiem 1	sur z ogórka kiszzonego 1	sur z kapusty kiszzonej 1
	kompot owocowy 1	kompot owocowy 1	kompot owocowy 1	kompot owocowy 1	kompot owocowy 1	kompot owocowy 1	kompot owocowy 1	kompot owocowy 1	kompot owocowy 1	kompot owocowy 1
	grahamka z masłem 1	herbatniki 1		gofry 1		kajzerka z masłem 1	biszkopty 1		wafle z dżemem 1	chałka z masłem 1
	ogonówka 1			sok przecierowy 1		ser żółty 1	jabłko 1			
	herbata czarna z miodem 1	kasza manna na mleku 1		budyń domowy 1	rumianek z miodem 1	mleko gotowane 1	kisiel domowy z owocami 1	kakao 1	mleko z miodem 1	
		woda z cytryną 1	woda z cytryną 1	woda z miodem 1				woda z cytryną 1		