

# Jadłospis

**20.01.2020r.-24.01.2020r.**

**PONIEDZIAŁEK 20.01.2020 r.**

- ✓ Zupa kapuśniak gotowana na żeberkach z ziemniakami 300ml
- ✓ Chleb żytni 70g/ kromki
- ✓ Mandarynka 65g

**WTOREK 21.01.2020 r.**

- ✓ Makaron spaghetti z sosem bolońskim z mięsem posypany żółtym serem 350g
- ✓ Herbata owocowa 200ml

**ŚRODA 22.01.2020 r.**

- ✓ Pieczona pierś z indyka w ziołach 90 g
- ✓ Sałatka z kaszy kuskus z ogórkiem, pomidorem i natką pietruszki 170g
- ✓ Herbata miętowa z cytryną 200ml

**CZWARTEK 23.01.2020r.**

- ✓ Kotlet z piersi z kurczaka w panierce 100g
- ✓ Ziemniaki gotowane 150g
- ✓ Mizeria z zielonych ogórków z jogurtem 70g
- ✓ Sok jabłkowy 100% 330ml

**PIĄTEK 24.01.2020r.**

- ✓ Makaron penne z cukinią, suszonymi pomidorami i natką pietruszki posypane żółtym serem 350g
- ✓ Herbata czarna z cytryną 200ml



\*wyżej wymienione dania mogą zawierać alergeny takie jak : zboża zawierające gluten (pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut), jaja, ryby, orzeszki ziemne (arachidowe),soja, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)  
orzechy (migdały, orzechy laskowe, włoskie, nerkowca, pekan, brazylijskie, pistacje, makadamia),seler, gorczyca  
,nasiona sezamu, łubin, Mięczaki, skorupiaki, dwutlenek siarki i siarczyny

*Jadłospis został sporządzony zgodnie z Rozporządzeniem Ministra Zdrowia  
z dnia 26 lipca 2016 r.*

*Ewentualne zmiany jadłospisu mogą nastąpić z powodów technicznych lub organizacyjnych stołówki szkolnej.*