

Menu Obiadowe

PONIEDZIAŁEK
02.05.2022

Śniadanie: Chleb z masłem,
wędlinką, serem żółtym na sałacie (150g)
Herbata(200ml)

Obiad:

Kurczak z różną (100g), ziemniaki(150g),surówka(100g)
Podwieczorek: Banan (120g)
(razem 1075kcal) (alergeny: seler, mleko,jaja, gluten)

ŚRODA
04.05.2022

Śniadanie: Zupa mleczna z płatkami (250ml),
Bułka paryska z musem jabłkowym (50g)

Obiad:

Placki Ryżowe (180g), sałatka owocowa(40g)
Podwieczorek: krakersy(15g), marchewka do chrupania (40g)
(razem 1045kcal) (alergeny: seler, mleko,jaja, gluten)

CZWARTEK
05.05.2022

Śniadanie: Pieczywo mieszane z masłem (75g),
serkiem śmietankowym (20g),
wędlinką drobiową (20g).rzodkiewka (5g)
Kakao(200ml)

Obiad:

Klops Mielony w sosie koperkowym (120g), ziemniaki(150g)
surówka z czerwonej kapusty(40g)
Podwieczorek: ogórek świeży do chrupania(30g), flipsy(15g)
(razem 1005kcal) (alergeny: seler, mleko,jaja, gluten)

PIĄTEK
06.05.2022

Śniadanie: Bułka z masłem (65g),
jajecznica na szyneczce ze szczypiorkiem (120g)
Herbata Owocowa (200 ml)

Obiad:

Kotlety Rybne(120g), ziemniaki (150g), surówka (70g)
Podwieczorek: Budyń (180g)
(razem 990kcal) (alergeny: seler, mleko,jaja, gluten)

ŻYCZYMY SMACZNEGO :)

DYREKTOR
Zespołu Szkolno-Przedszkolnego
w Polchowie
Zygmunt Borkowski
mgr Zygmunt Borkowski

Menu Obiadowe

PONIEDZIAŁEK

09.05.2022

Śniadanie: Bułka z masłem (60g),
serkiem Almette(15g), szynką konserwową (20g)
ogórek świeży(20g), Herbata Miętowa(200ml)

Obiad:

Makaron zapiekany z kurczakiem, kukurydzą i papryką w
sosie pomidorowym zapiekany z serem(200g)

Podwieczorek: Wafelek(120g)

(razem 1030kcal) (alergeny: seler, mleko,jaja, gluten)

WTOREK

10.05.2022

Śniadanie: Bułeczka masłem (65g)
twarożkiem białym(15g), wędlinką „żywiecką
pomidor (15g), Herbata zielona (200ml)

Obiad:

Gulasz wieprzowy (120g), Kasza gryczana (150g),
buraczki(80g)

Podwieczorek: Kiwi (75g)

(razem 1015kcal) (alergeny: seler, mleko,jaja, gluten)

ŚRODA

11.05.2022

Śniadanie: Chlebek z masłem (65g)

paróweczka z wody(120g) sos pomidorowy , herbata(200ml)

Obiad:

Naleśniki z dżemem(200g), jogurt naturalny (30g)

Podwieczorek: części jabłka (40g), ciasteczka Bebe(30g)

(razem 1025kcal) (alergeny: seler, mleko,jaja, gluten)

CZWARTEK

12.05.2022

Śniadanie: Płatki na mleku kukurydziane lub

cynamonowe (250ml) , Bułka paryska z masłem (60g)

Obiad:

Gołąbki w sosie pomidorowym (120g) , ziemniaczki (150g)
ogórek (80g)

Podwieczorek: Banan (180g)

(razem 1010kcal) (alergeny: seler, mleko,jaja, gluten)

PIĄTEK

13.05.2022

Śniadanie: Bułeczka z masłem (65g)

pastą z tuńczyka (15g), i żółtym serem(20g) herbata(200ml)

Obiad:

Ryba Panierowana (120g) , ziemniaczki (150g)
surówka (80g)

Podwieczorek: Kisiel z owocami (180g)

(razem 995kcal) (alergeny: seler, mleko,jaja, gluten)

ŻYCZYMY SMACZNEGO :)

DYREKTOR
Zespołu Szkolno-Przedszkolnego
w Potchowie
Zygmunt Borkowski
mgr Zygmunt Borkowski (1)