

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	Alergeny i kalorie
PONIEDZIAŁEK 17.04.2023	Bułka z masłem, wędlinka konserwowa i serkiem Kanapkowym, ogórek świeży, herbata owocowa	Zapiekanka Makaronowa zapiekana z kielbaską, cebulą, pomidorem i serem	Cząstki jabłka i cząstki marchewki	Seler, mleko jaja, gluten Razem: 1005kcal
WTOREK 18.04.2023	Bułka z masłem, Owsianka, cząstki gruszki	Nuggetsy, ziemniaki, marchewka z groszkiem, pieczywo	Kisiel z jagodami i sosem jogurtowym	Seler, mleko jaja, gluten Razem: 1070kcal
ŚRODA 19.04.2023	Pieczywo mieszane z masłem roślinnym, serem żółtym, szyneczką Misiową, pomidor, kakao	Gołąbki z ryżem w sosie pomidorowym, ziemniaki, ogórek,	wafle ryżowe, sałatka owocowa	Seler, mleko jaja, gluten Razem: 995kcal
CZWARTEK 20.04.2023	Chleb z masłem, serem żółtym, pastą z papryki herbata zielona	Pieczeń Rzymska, Kasza Kus-Kus, kapusta czerwona	jogurt naturalny z brzoskwinią	Seler, mleko jaja, gluten Razem: 1010kcal
PIĄTEK 21.04.2023	Bułka z masłem i serkiem, Jajecznica na szyneczce, rzodkiewka Herbata z cytryną	Paluszki rybne, ziemniaki, surówka z kiszzonej kapusty, pieczywo	Banan, mleko	Seler, mleko jaja, gluten Razem: 980kcal

Zupa-250 ml, Zupa mleczna 250-300ml, Kanapki-150gr, Napoje Gorące-200ml, Skrobia-150gr, Mięso/Ryby od 80g do 100g

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	Alergeny i kalorie
PONIEDZIAŁEK 24.04.2023	Chlebek Oliwski z masłem, szynką i serem żółtym papryka, Kakao	Leczo warzywne , Ryż (papryka, pieczarki, cebula, marchew, pomidory, ogórek kiszony)	Ogórek świeży do chrupania+ gruszka	Seler, mleko jaja, gluten Razem: 975kcal
WTOREK 25.04.2023	Pieczywo z masłem i dżemem, Zupka mleczna z makaronem, marchewka do chrupania	Gulasz w sosie własnym, kasza gryczana, buraki	galaretka z owocami z jagodami i sosem jogurtowym	Seler, mleko jaja, gluten Razem: 1015kcal
ŚRODA 26.04.2023	Bułka z masłem roślinnym, parówka z wody, sos, ogórek świeży Kawa Inka z mlekiem	Makaron z kurczakiem w sosie ziołowo-pomidorowym zapiekane z serem (pomidory)	cząstki pomarańczy i pałki kukurydziane	Seler, mleko jaja, gluten Razem: 1030kcal
CZWARTEK 27.04.2023	Chleb z masłem polędwicą sopocką na sałacie, serek naturalny herbata czarna	Klopsiki Mielone pieczone, ziemniaki, surówka z selera, pieczywo	Kolorowe kanapki z serem żółtym i wędlinką drobiową, papryka	Seler, mleko jaja, gluten Razem: 990kcal
PIĄTEK 28.04.2023	Bułka z masłem pastą jajeczną, serem żółtym, rzodkiewka herbata owocowa	Filet Rybny, ziemniaki, surówka colesław, pieczywo (kapusta, marchewka)	Ciasto marchewkowe z jogurtem naturalnym	Seler, mleko jaja, gluten Razem: 970kcal

Zupa-250 ml, Zupa mleczna 250-300ml, Kanapki-150gr, Napoje Gorące-200ml, Skrobia-150gr, Mięso/Ryby od 80g do 100g

DYREKTOR
Zespołu Szkolno-Przedszkolnego

DATA	OBIAD	Alergeny i kalorie
PONIEDZIAŁEK 17.04.2023	Zapiekanka Makaronowa zapiekana z kiełbaską, cebulą, pomidorem i serem, woda	Seler, mleko jaja, gluten Razem: 645kcal
WTOREK 18.04.2023	Nuggetsy, ziemniaki, marchewka z groszkiem, pieczywo, woda	Seler, mleko jaja, gluten Razem: 730kcal
ŚRODA 19.04.2023	Gołąbki z ryżem w sosie pomidorowym, ziemniaki, ogórek, woda	Seler, mleko jaja, gluten Razem: 690kcal
CZWARTEK 20.04.2023	Zupa Ogórkowa z włoszczyzną, Pieczywo	Seler, mleko jaja, gluten Razem: 435kcal
PIĄTEK 21.04.2023	Paluszki Rybne, ziemniaki, surówka z kiszanej kapusty, woda	Seler, mleko jaja, ryba, gluten Razem: 605kcal

Zupa-250 ml, Zupa mleczna 250-300ml, Kanapki-150gr, Napoje Gorące-200ml, Skrobia-150gr, Mięso/Ryby od 80g do 100g

DATA	OBIAD	Alergeny i kalorie
PONIEDZIAŁEK 24.04.2023	Zupa Ziemniaczana z marchewką, selerem, pietruszką natką pietruszki, pieczywo	Seler, mleko jaja, gluten Razem: 440kcal
WTOREK 25.04.2023	Gulasz w sosie własnym, kasza gryczana, buraki, woda	Seler, mleko jaja, gluten Razem: 680kcal
ŚRODA 26.04.2023	Makaron z kurczakiem w sosie pomidorowo- ziołowym, woda (pomidory)	Seler, mleko jaja, gluten Razem: 625kcal
CZWARTEK 27.04.2023	Klopsiki Mielone pieczone, ziemniaki, surówka z selera, woda	Seler, mleko jaja, gluten Razem: 705kcal
PIĄTEK 28.04.2023	Filet Rybny, ziemniaki, surówka colesław, woda	Seler, mleko jaja, ryba, gluten, ryba Razem: 690kcal

DYREKTOR
Zespołu Szkolno-Przedszkolnego
w Polchowie

[Podpis]
mgr Zuzanna Borzkowska

Zupa-250 ml, Zupa mleczna 250-300ml, Kanapki-150gr, Napoje Gorące-200ml, Skrobia-150gr, Mięso/Ryby od 80g do 100g