

**JADŁOSPISY DEKADOWE DLA
DZIECI W SZKOLE PODSTAWOWEJ
NR 3 WE WROCŁAWIU**

DIAPOL Catering

DIETA BEZMLECZNA

DZIEŃ	ZUPA	DRUGIE DANIE
Poniedziałek 26.10.2019	Kapuśniak z mięsem i ziemniakami (seler)	Makaron z polewą truskawkową (pszenica), surówka z marchewki kompot jabłkowy
Wtorek 27.10.2019	Zupa marchewkowa z makaronem zacierkowym (jajko, pszenica, seler)	Kotleciki panierowane z indyka (jaja, pszenica), ziemniaki z koperkiem, buraczki na ciepło, kompot malinowy
Środa 28.10.2019	Barszcz ukraiński z ziemniakami (seler)	Gyros drobiowy, ryż z warzywami, surówka z zielonego ogórka z koperkiem i sosoem winegret (gorczyca) kompot śliwkowy
Czwartek 29.10.2019	Zupa krem z porów niezabielana z ziemniakami (seler)	Chilli con carne z mięsem wieprzowym, mix kasz (gryczana, jęczmienna), surówka z czerwonej kapusty kompot truskawkowy
Piątek 30.10.2019	Zupa dyniowa z ryżem (seler)	Dorsz w owsianej panierce (ryba, jaja, pszenica), ziemniaki, surówka z kiszonej kapusty z marchewką, kompot wiśniowy
Poniedziałek 2.11.2019	Żurek niezabielany z jajkiem i ziemniakami (pszenica, żyto, jaja)	Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami (seler), surówka z kiszonego ogórka, kompot agrestowy
Wtorek 3.11.2019	Krupnik z kaszą jaglaną (seler)	Sznycele z indyka (jajko, pszenica) w sosie brokułowym, ziemniaki, marchewka mini z sezamem kompot porzeczkowy
Środa 4.11.2019	Zupa pomidorowa niezabielana z makaronem (seler, pszenica)	Zapiekanka ziemniaczana z warzywami (seler) i mięsem wieprzowym z sosem pomidorowym (pszenica), kompot jabłkowy
Czwartek 5.11.2019	Zupa krem z kukurydzy niezabielana z ziemniakami (seler)	Gulasz drobiowy z warzywami (pszenica, seler), makaron penne (pszenica), surówka z sałaty lodowej z pomidorami kompot jeżynowy
Piątek 6.11.2019	Zupa ryżowa niezabielana z koperkiem (seler)	Kotlet rybny (pszenica, jajko, ryba), ziemniaki z koperkiem, surówka z kapusty pekińskiej kompot gruszkowy

Opracowano przez : **dietetyk**


mgr. inż. Anna Motak

* oznaczono alergeny zgodnie z załącznikiem II rozporządzenia 1169/2011