|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **OBIAD** | | **PODWIECZOREK** |
| poniedziałek | Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami śmietanką na wywarze warz. 250g  (07, 09) | Leczo z letnimi warzywami i kawałkami mięsa z szynki 180g Kasza bulgur z olejem 130g  (01)  Jabłko 80g  Jabłko  Woda niegazowana 200g  Woda | Jabłko |
| wtorek | Zupa minestrone z fasolą i makaronem na wywarze warzywnym 250g (01, 03, 09) | Nuggetsy domowe z kurczaka w kukurydzianej panierce 80g  (01, 03, 07)    Puree ziemniaczane z masłem 130g (07)  Mizeria ze śmietaną 70g | Arbuz |
| środa | Zupa koperkowa zabielana mlekiem z ziemniakami na wywarze warzywnym 250g (07, 09) | Makaron z mięsem mielonym z indyka pod beszamelem 200g  (01, 03, 07)  Buraczki na ciepło 70g  Woda niegazowana 200g | Galaretka owocowa (100g) |
| czwartek | Barszcz ukraiński z botwinką, fasolą, ziemniakami na wywarze m-w. 250g  (07, 09) | Kluski parowe/pampuchy 90g  (01, 03, 07)  sos jogurtowo-truskawkowy 60g (07)  Surówka z marchewki i brzoskwini 70g  Woda niegazowana 200g | Jabłko |
| piątek | Kremowa zupa paprykowo pomidorowa na wywarze warzywnym 250g (09)  Grzanki 10g  (01) | Ryba pieczona morszczuk 60g  (01, 03, 04)  Sos cytrynowy 30g  (01, 07)  Ziemniaki gotowane z masłem i koperkiem 130g  (07)  Warzywa na parze z oliwą 70g Woda niegazowana 200g | Kisiel owocowy (100g) |

**JADŁOSPIS SZKOŁA 9-13.06**

Posiłki przygotowuje i dostarcza: Waykiki Zawidzki Sp.j., ul. Narutowicza 119, 64-100 Leszno

Jadłospis opracowany przez: dietetyk Łukasz Zawidzki