|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **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 80gJabłkoWoda niegazowana 200gWoda | 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 70gWoda 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