

17.05.2021r poniedziałek

Obiad

Zupa pomidorowa zabieleną z ryżem i natką, kotlet mielony z szynki wieprzowej ziemniaki, surówka z młodej kapusty (1,3,9)

Podwieczorek: Jabłko

Kolacja

Zupa mleczna z płatkami corn flakes, wędlina- kurczak gotowany, sałata, pieczywo mieszane, masło 82%, herbata ziołowa (1,7, 8, 11,)

18.05.2021r wtorek

śniadanie

Kiełbaska śląska na gorąco, ketchup, sałata, ogórek, szczypior, papryka, chleb razowy ze słonecznikiem/chleb oliwski, masło 82% (1,6,8,11)

*Bułka kajzerka z masłem i serem żółtym Gouda (1,7)

Obiad

zupa ziemniaczana jarska z fasolką szparagową i koperkiem

Makaron z brokułami i kurczakiem w sosie śmietanowym, sok pomarańczowy (1, 7,)

Podwieczorek: banan

Kolacja

Sałatka grecka z fetą. Sałata lodowa, pomidor koktajlowy, ogórek, oliwki, ser biały kozi, oliwa z oliwek, świeże zioła, bułeczka mini

19.05.2021r środa

Śniadanie:

serek wiejski granulowany, miód, herbata owocowa, pieczywo wieloziarniste (1,5, 6)

*bułka orkiszowa z masłem 82%, krakowska sucha

Obiad:

Zupa szczawiowa zabieleną z jajkiem i natką, schab pieczony z warzywami, kasza gryczana, kompot z jabłek (3,7, 9,)

Podwieczorek: gruszka

Kolacja

Pasta jajeczna ze szczypiorkiem, masło 82%, pieczywo mieszane, kakao (1, 3,)

20.05.2021r czwartek

Śniadanie:

Pieczywo mieszane, ser żółty „złoty mazur”, pomidor malinowy, herbata rumiankowa

*bułka grahamka z serkiem śmietankowym

Obiad: zupa krupnik z kaszą pęczak i natką na żeberkach wieprzowych,

filet z mintaja pieczony z masełkiem koperkowym, ziemniaki z wody, surówka z kapusty kiszzonej,

woda z cytryną do picia (3, 4)

podwieczorek: jogurt pitny 250 ml (6)

kolacja:

pasztet pieczony z blaszki, pieczywo mieszane, sałata, kalarepka do chrupania. Herbata z hibiskusem

21.05.2021 piątek

Śniadanie:

Jajecznica ze szczypiorkiem na maśle, pieczywo mieszane, (1, 3)

sałata, ser żółty, papryka, herbata z miętą i cytryną

* bułeczka maślana

obiad:

makaron wieloziarnisty ze śmietanką i truskawkami, mix świeżych owoców (1, 7, 8)

ALERGENY:: 1-gluten; 2-skorupiaki, 3-jaja i produkty pochodne; 4-ryby i produkty pochodne; 5-orzeszki ziemne; 6-soja; 7-mleko; 8-orzechy; 9-seler; 10-gorczyca; 11-nasiona sezamu i produkty pochodne.

DYREKTOR
SZKOŁY PODSTAWOWEJ NR 28
w Gdańsku

mgr Alicja Redlička

Bierzemy udział w programie Gdańsk –jeMY zdrowo!

Jadłospis jest dostępny na stronie: jemyzdrowo.edu.pl

oraz w aplikacji Jemy Zdrowo