



ISOQAR  
Numer Certyfikatu 10135



Gastro Team- Zdrowe żywienie twoich dzieci

[email: wiola@gastroteam.pl](mailto:wiola@gastroteam.pl)

## Menu dla Szkoły Podstawowej nr 367

data	obiad	dieta bezmleczna	dieta bezglutenowa	duży	mały
<b>PONIEDZIAŁEK</b> 25.02.2019	zupa szczawiowa z jajkiem pierogi z twarogiem polewa jogurtowa z rodzynkami surówka z kapusty pekińskiej z owocami kompot / woda z cytryną <b>1,3,6,7,9</b>	zupa jarzynowa bez zabielenia pierogi z owocami surówka z kapusty pekińskiej z owocami kompot / woda z cytryną	zupa szczawiowa z jajkiem pierogi z twarogiem z mąki bezglutenowej polewa jogurtowa z rodzynkami surówka z kapusty pekińskiej z owocami kompot / woda z cytryną	300g 375g 100g 150g 250ml	300g 280g 60g 100g 250ml
<b>WTOREK</b> 26.02.2019	zupa REVITHIA gyros z kurczaka z sosem tzatziki ryż surówka z sałaty z dodatkiem sera feta i papryką kalafior kompot / herbata z goździkami <b>KUCHNIA GRECKA</b> <b>1,3,6,7,9</b>	zupa z warzyw korzeniowych bez zabielenia gyros z kurczaka z sosem kasza gryczana surówka z sałaty z papryką kalafior kompot / herbata z goździkami	zupa z warzyw korzeniowych gyros z kurczaka z sosem tzatziki kasza gryczana surówka z sałaty z dodatkiem sera feta i papryką kalafior kompot / herbata z goździkami	300g 90g+60g sos 150g 150g 250ml	300g 70g+30g 100g 100g 250ml
<b>ŚRODA</b> 27.02.2019	grochowa spaghetti z sosem boloneze surówka z ogórka kiszzonego / kompot / woda z cytryną <b>1,3,6,7,9</b>	grochowa spaghetti z sosem boloneze surówka z ogórka kiszzonego / kompot / woda z cytryną	grochowa spaghetti z sosem boloneze surówka z ogórka kiszzonego / kompot / woda z cytryną	300g 230g 180g 150g 250ml	300g 130g 160g 100g 250ml
<b>CZWARTEK</b> 28.02.2019	krem z buraczków czerwonych filet z kurczaka (nugetsy) ziemniaki opiekane surówka z czerwonej kapusty z jogurtem / brokuł kompot / woda z pomarańczą <b>1,3,6,7,9,11</b>	krem z buraczków czerwonych filet z kurczaka (nugetsy) ziemniaki opiekane surówka z czerwonej kapusty z jogurtem / brokuł kompot / woda z pomarańczą	krem z buraczków czerwonych filet z kurczaka (nugetsy) panierowany płatkami kukurydzanymi bezglutenowymi ziemniaki opiekane surówka z czerwonej kapusty z jogurtem / brokuł kompot / woda z pomarańczą	300g 90g 150g 150g 250ml	300g 70g 100g 100g 250ml

<b>PIĄTEK</b> <b>01.03.2019</b>	zupa pomidorowa z kolorowym lanym ciastem	zupa pomidorowa z kolorowym lanym ciastem bez zabielenia	zupa pomidorowa z kolorowym lanym ciastem bezglutenowym	300g	300g
	pieczona ryba z warzywami i sosem beszamelowym / placki ziemniaczane z sosem śmietanowym	pieczona ryba z warzywami	pieczona ryba z warzywami i sosem beszamelowym z mąki kukurydzianej	90g+60g sos	70g+60g sos
	ziemniaki	ziemniaki	ziemniaki	150g	100g
	surówka z kapusty kiszonej	surówka z kapusty kiszonej	surówka z kapusty kiszonej	100g	100g
	kompot/ woda z cytryną	kompot/ woda z cytryną	kompot/ woda z cytryną	250ml	250ml
	1,3,6,7,9,4,11				

**Jadłospis przygotowała Wioletta Zimochocka**