

**Jadłospis - Szkoła Podstawowa nr 5 z Oddziałami Integracyjnymi w Tychach**

|       |                         |
|-------|-------------------------|
| Okres | 13.11.2023 - 17.11.2023 |
| Dieta | Podstawowa              |

| Data                           | Obiad  | Śniadanie  |
|--------------------------------|--|--|
| 13.11.2<br>023<br>Poniedziałek | Rosół z lanym ciastem 300g, ( 1,2,3 )<br>pałka z kurczaka 1 szt. ryż paraboliczny<br>150g ( 1 ) surówka z marchewki i jabłka<br>50g kompot 200g, jabłko. | Chleb żytni z masłem, polędwica<br>sopocka , pomidor, rzodkiewka, herbata<br>z cytryną . ( 1,7 )                               |
| 14.11.2<br>023<br>Wtorek       | Ryba smażona 100g ( 1,3,4,7 ) ziemniaki<br>150g, surówka z kapusty kiszonej 50g,<br>kompot 200g, banan.  | Zupa mleczna jaglanka, bułka z masłem,<br>ser żółty, ogórek zielony, herbata<br>owocowa. ( 1,7 )                               |
| 15.11.2<br>023<br>Środa        | Barszcz czerwony z ziemniakami 300g,<br>( 2 ) kielbasa biała pieczona z cebulką 1<br>szt. ( 9 ) bułka 1 szt ( 1 ) woda z cytryną<br>200g, pomarańcza.    | Chleb z masłem, jajko gotowane w sosie<br>śmietanowym z rzodkiewką i<br>szczypiorkiem, szynka, herbata<br>owocowa. ( 1,3,4,7 ) |
| 16.11.2<br>023<br>Czwartek     | Zupa kalafiorowa 300g ( 2,7 ) makaron<br>carbonara 250g ( 1,3,7,9 ) Kubuś Go 1<br>szt.   | Baton z masłem, serek almette, ogórek<br>zielony , kakao, banan 1/2 ( 1,7 )  |
| 17.11.2<br>023<br>Piątek       | Krupnik z ziemniakami na łopatkę 300g,<br>( 1,2 ) kluski na parze z masłem i cukrem<br>2 szt , ( 1,3,7 ) kompot 200g, jogurt<br>jogobella.( 7 )          | Chleb z masłem , pasztet pieczony,<br>pomidor, herbata z cytryną i miodem. ( 1,7 )   |

**ZASTRZEGA SIĘ ZMIANY W JADŁOSPISIE**

Sporządził

Szef kuchni

Dyrektor