

—DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	Alergeny i kalorie
<b>PONIEDZIAŁEK</b> 26.06.2023	Bułka z masłem, serem żółtym, wędlinką żywiecką, pomidor herbata z cytryną	Placki z jabłkiem , jogurt naturalny	Papryka, herbatniki	Seler, mleko jaja, gluten Razem: 1090kcal
<b>WTOREK</b> 27.06.2023	Bułka z masłem, Płatki na mleku, winogrona	Nuggetsy, ziemniaki, surówka z marchewki	Jogurt naturalny z musli i ananasem	Seler, mleko jaja, gluten Razem: 1100kcal
<b>ŚRODA</b> 28.06.2023	Tosty z serem i szyneczką, sos pomidorowy, ogórek świeży do chrupania,herbata miętowa	Makaron w sosie serowo-ziołowym z brokułem zapiekany serem	Jabłko, flipsy	Seler, mleko jaja, gluten Razem: 1005kcal
<b>CZWARTEK</b> 29.06.2023	Bułka z masłem, szynką konserwową, pastą z papryki, kakao	Pieczeń wieprzowa z karkówki, kasza kus-kus, surówka z ogórka	Kisiel z Truskawkami i sosem jogurtowym	Seler, mleko jaja, gluten Razem: 1085kcal
<b>PIĄTEK</b> 30.06.2023	Bułka z masłem, pastą jajeczną, wędlinką drobiową, rzodkiewka, herbata z mlekiem	Klopsiki Rybne w sosie śmietanowo-koperkowym, ziemniaki, surówka wiosenna	Arbuz	Seler, mleko jaja, gluten Razem: 1015kcal

Zupa-250 ml,Zupa mleczna 250-300ml, Kanapki-150gr, Napoje Gorące-200ml, Skrobia-150gr, Mięso/Ryby od 80g do 100g

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	Alergeny i kalorie
<b>PONIEDZIAŁEK</b> 03.07.2023	Bułka masłem, serkiem kanapkowym, krakowską suchą, rzodkiewka, herbata earl grey	Spaghetti Bolognese	Gruszka, chlebek kukurydziany	seler, mleko jaja, gluten Razem: 1045kcal
<b>WTOREK</b> 04.07.2023	Bułka z dżemem owocowym, zupa mleczna z makaronem	Kotlet Mielony, ziemniaki, mizeria	Jogurt owocowy	Seler, mleko jaja, gluten Razem: 1090kcal
<b>ŚRODA</b> 05.07.2023	Chleb oliwski z masłem, serem żółtym, szynką drobiową, pomidor, Herbata miętowa	Naleśniki z dżemem, jogurt naturalny	Brzoskwinia	Seler, mleko jaja, gluten Razem: 1005kcal
<b>CZWARTEK</b> 06.07.2023	Bułka z masłem roślinnym, Z Twarogiem z rzodkiewką, poledwicą sopocką, herbata czarna	Kureczak Grillowany, ziemniaki, surówka coleslaw	Koktajl mleczny z owocami	Seler, mleko jaja, gluten Razem: 1105kcal
<b>PIĄTEK</b> 07.07.2023	Bułka z masłem,Paróweczka z wody, sos pomidorowy, papryka do chrupania, kakao	Paluszki Rybne, ziemniaki, surówka z czerwonej kapusty	Budyń z sosem owocowym	Seler, mleko jaja, gluten Razem: 990kcal

Zupa-250 ml,Zupa mleczna 250-300ml, Kanapki-150gr, Napoje Gorące-200ml, Skrobia-150gr, Mięso/Ryby od 80g do 100g

DYREKTOR  
Zespołu Szkolno-Przedszkolnego  
w Potchowie  
mgr Zygmunt Borkowski