

Podstawowka Jesien/Zima 2018-19 - 3 wybory

		Poniedziałek	Wtorek	Sroda	Czwartek	Piatek	
1	zaczyna się: 29 październik, 26 listopada, 7 stycznia, 4 lutego, 4 marca, 1 kwietnia	przystawka /Deser	zupa dnia(v) *(H)	owocowy biszkopt z budyniem(H)	zupa dnia(H)	owoce z kruszonka& budyn (H)	owoce i kruche ciasteczka(H)
	pomarańczowy - Danie główne	Makaron z serem & pieczywo czosnkowe(v) (H)	sos miesny z ziemniakami (H)	ryba MSC & cwiartki ziemniakow	Tradycyjna pieczen wieprzowa & sos i ziemniaki z wody (H)	kawalki kurczaka & frytki	
	Niebieski - kanapki bulki, wrapy lub chleb w zaleznosci od dostawy. podawane z salatka lub warzywami.	jajka z majonezem lub wybor szefa kuchni (v)	ser(v) lub tunczyk z majonezem	kremowy ser(v) lub kurczak	ser(v) lub tunczyk z majonezem	jajka w majonezie(v) albo pieczona szynka miodowa	
	Zielony - wegetarianski/ ryby	pieczony ziemniak & ser (v)	Quorn sos miesny& ziemniaczki(v) (H)	wegetarianski burger & cwiartki ziemniaczane (v)	pieczony losos MSC (z kasza cous cous H)	ciasto francuskie z serem & frytki (v) (H)	
	Dodatki: warzywa wymienione w tym tygodniu moga ulec zmianie, w zaleznosci od dnia dostawy	pieczone pomidory kapusta z majonezem	Organiczna marchew, brukiew	grostek zielony fasolka w sosie pomidorowym	kapusta marchew & puree z pietruszki	Brokuly, salatka z kukurydzy	
niektore szkoly moga miec przystawki szefa kuchni. Msc: bezpieczne polowy v: wegetarianskie burger z sarniny zawiera 64% sarniny, 28% baraniny							
2	Zaczyna się: 5 listopada, 3 grudnia, 14 stycznia, 11 lutego, 11 marca	przystawka /Deser	zupa dnia(v) *(H)	owocowa babeczka z niespodzianka (H)	zupa dnia (H)	Piernik z rodzynkami i platkami owsianymi z budyniem H	owoce i ciastko owsiane (H)
	pomarańczowy - Danie główne	pizza z serem i pomidorami z pieczywem czosnkowym(v)	makaron po bolonsku (H)	Ryba w cieście MSC & frytki	kurczak pieczony & ziemniaki z sosem & puree z bruwki	domowe paszteciki i pieczone ziemniaki	
	Niebieski - kanapki bulki, wrapy lub chleb w zaleznosci od dostawy. podawane z salatka lub warzywami.	jajka w majonezie(v) albo kremowy serek(v)	ser(v) lub tunczyk z majonezem	kurczak lub ser (v)	jajka w majonezie(v) albo pieczona szynka miodowa	pieczona szynka miodowa lub wybor szefa kuchni (v)	
	Zielony - wegetarianski/ ryby	słodko-kwasny makaron z warzywami & pieczywo czosnkowe (v) (H)	Quorn makaron po bolonsku (v) (H)	Quorn kawalki o smaku kurczaka z sosem & frytki(v)	pieczony ziemniak i tunczyk z majonezem	ciasto francuskie z warzywami & pieczone ziemniaki (v) (H)	
	Dodatki: warzywa wymienione w tym tygodniu moga ulec zmianie, w zaleznosci od dnia dostawy	salatka z marchewki, kukurydza	Organiczna marchew, pieczony kalafior	Brokuly zielony groszek	fasolka zielona brukselka	warzywa z majonezem, buraki	

		Poniedziałek	wtorek	Sroda	Czwartek	Piatek	
t y d z i e n 3	zaczyna sie: 12 listopad, 10 grudzien, 21 styczen, 18 luty (wolne), 18 marzec	przystawka /Deser	zupa dnia(v) *(H)	ciasto jablkowe z budyniem (H)	zupa dnia (H)	Ryz na mleku i owoce (H)	owoce i kruche ciasteczka(H)
		pomarancowy - Danie glowne	makaron zapiekany z pomidorami & pieczywo czosnkowe(v) (H)	burger wolowy lub z sarniny# w bulce	kurczak Curry & ryz	Tradycyjna pieczen wolowa & sos i pieczone ziemniaki (H)	paluszki rybne z lososia MSC & cwiartki ziemniakow
		Niebieski - kanapki bulki, wrapy lub chleb w zalezności od dostawy. podawane z salatka lub warzywami.	jajka z majonezem lub wybor szefa kuchni (v)	kurczak lub ser (v)	pieczona szynka miodowa lub serek kremowy (v)	ser(v) lub tunczyk z majonezem	jajka w majonezie(v) albo pieczona szynka miodowa
		Zielony - wegetarianski/ ryby	pieczony ziemniak & ser (v)	salatka z makaronem i tunczykiem (H)	Quorn Tikka Masala & ryz (v) (H)	tarta jajeczna i pieczone ziemniaczki(v)	zapiekany wrap z warzywami & cwiartki ziemniakow(v) (H)
		Dodatki: warzywa wymienione w tym tygodniu moga ulec zmianie, w zalezności od dnia dostawy	Brokuly kapusta z majonezem	zielony groszek	kalafior kukurydza	Organiczna marchew, brukiew	salatka z marchewki zielona fasolka
	posilki dwudaniowe. Dostepne codziennie - mleko & woda, pieczywo, salatki, swieze owoce, jogurty H - domowe						
t y d z i e n 4	zaczyna sie: 19 listopad, 17 grudzien, 28 styczen, 25 luty, 25 marzec	przystawka /Deser	zupa dnia(v) *(H)	owoce pod kruszonka z budyniem (H)	zupa dnia (H)	Banany, miód & ciasto owsiane z budyniem (H)	owoce i ciastko owsiane (H)
		pomarancowy - Danie glowne	pizza z serem i pomidorami z pieczywem czosnkowym(v)	kurczak z warzywami z ryzem (H)	paluszki rybne MSC & frytki	gulasz wolowy & ziemniaki z wody (H)	hot-dog i cwiartki ziemniakow
		Niebieski - kanapki bulki, wrapy lub chleb w zalezności od dostawy. podawane z salatka lub warzywami.	ser(v) lub jajka w majonezie (v)	pieczona szynka miodowa lub serek kremowy (v)	kurczak lub ser (v)	ser(v) lub tunczyk z majonezem	jajka z majonezem lub wybor szefa kuchni (v)
		Zielony - wegetarianski/ ryby	meksykanska fasolka z krakersami ryzowymi & pieczywo czosnkowe(v) (H)	hiszpanski omlet(v) (H)	Quorn kawalki o smaku kurczaka z sosem & frytki(v)	zapiekanka warzywna & ziemniaki z wody (v) (H)	wegetarianskie kielbaski w cwiartki ziemniakow(v)
		Dodatki: warzywa wymienione w tym tygodniu moga ulec zmianie, w zalezności od dnia dostawy	groszek zielony salatka z marchewki	Brukselka pieczone warzywa	kalafior kukurydza	marchew organiczna Brokuly	fasolka zielona kapusta z majonezem