



# Jedłospis szkół podstawowych w Aberdeenshire-od paźdz. 20

Tydzień 1 – 31 października, 28 listopada, 9 stycznia, 6 lutego, 6 marca 2023



PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK
Zupa z soczewicy V	Zupa z kurczaka	Krem z marchwi V	Zupa pomidorowa V	Kawałek melona V
Danie główne	Danie główne	Danie główne	Danie główne	Danie główne
Filet z ryby łupacz w panierce Groszek Kukurydza Frytki	<b>Pizza domowa z serem i pomidorami V</b>  Paluszki warzywne Sałatka Makaron penne	Stek indyczy w panierce  Fasolka w sosie pom. Kukurydza Kliny ziemniaczane	Kurczak w cieście  Plastry marchewkowe Wiosenne nowalijki Puree ziemniaczane	Wybór kiełbasek wieprzowych w sosie pieczeniowym  Plastry marchewkowe Brokół Puree ziemniaczane
Makaron penne w sosie pomidorowym V  Groszek Kukurydza	Domowe danie z gulaszu i ziemniaków  Burak Ciastko owsiane	Kółka serowe z ciasta V  Fasolka w sosie pom. Kukurydza Kliny ziemniaczane	<b>Sezonowa zimna płyta z domowym chlebem Podawane z dipem V</b>	<b>Falafel z plackiem Tortilla z humusem oraz sałatką V</b>
Zupa i kanapka	Zupa i kanapka	Zupa i kanapka	Zupa i kanapka	Kanapka
Zupa z soczewicy V i kanapka z serem cheddar w miękkiej bułce V oraz surówka i krojony ogórek	Zupa z kurczaka Kanapka z tuńczykiem w majonezie oraz sałatką i melonem	Krem z marchwi V oraz kanapka z jajkiem w majonezie V z sałatką & paluszki marchewkowe	Zupa pomidorowa V kanapka z cienko krojoną szynką w miękkiej bułce z surówką oraz papryką świeżą	Kawałek melona V oraz kanapka z cienko krojonym kurczakiem z surówką i marchewką i papryką
Deser	Deser	Deser	Deser	Deser
Kawałki pomarańczy z mini muffinką mandarynkową & mleko lub wybór świeżych owoców lub rodzynek	Świeże owoce dnia lub rodzynek podane z kruchym ciastkiem maślanym i mlekiem	Świeży owoc dnia lub rodzynek podane z Serem i Ciastkiem	Lody waniliowe podane z owocami leśnymi lub owocem dnia	Ciasto cytrynowe z budyniem lub ser z ciastkiem

# Jadłospis szkół podstawowych w Aberdeenshire-od pazdz.2022

Tydzień 2 – 7 listopada, 5 grudnia, 16 stycznia, 13 lutego, 13 marca 2023

PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK
Zupa pomidorowa V	Zupa z soczewicy V	Zupa Minestrone V	Zupa z soczewicy V	Zupa ziemniaczana V
Danie główne	Danie główne	Danie główne	Danie główne	Danie główne
Burger z kurczaka w bułce, opcjonalnie z sosem BBQ lub ketchupem  Kukurydza Tarta marchewka	Ryba w cieście  Fasolka pomidorowa Sałatka Frytki	Kiełbaski wieprzowe lokalne lub kiełbaski wegetariańskie V  Fasolka w sosie pom. Brokół Puree ziemniaczne	Kurczak curry z ryżem  Brokół Kukurydza	Pizza domowa Margherita V  Fasolka w sosie pom. Groszek Makaron penne
<b>Pasta Bolognese or Vegetable Bolognese V</b> Sweetcorn Grated Carrots	<b>Kurczak lub pieczone warzywa V w tortilli</b>  <b>Surówka Groszek</b>	<b>Paluszki rybne</b> Side Salad Brokół Fasolka w sos pom. Ziemniaki Puree	<b>Panini z serem V</b>  <b>Surówka Kukurydza</b>	<b>Mięso zapiekane w cieście</b> Fasolka w sosie pomidorowym Groszek
Zupa i kanapka	Zupa i kanapka	Zupa i kanapka	Zupa i kanapka	Zupa i kanapka
<b>Zupa pomidorowa V i kanapka tuńczykiem w majonezie z surówką oraz ananasem</b>	<b>Zupa z soczewicy V kanapka z jajkiem w majonezie V z surówką i marchewkowo-paprykowymi paluszkami</b>	<b>Zupa Minestrone V I kanapka z serem Cheddar w miękkiej bułce V</b> podane z surówką oraz tartą marchewką	<b>Zupa z soczewicy V kanapka z cienko krojoną szynką w miękkiej bułce z surówką oraz kawałkami melona</b>	<b>Zupa ziemniaczana V zawijaniec z cienko krojonym kurczakiem z surówką i paluszkami pizzowym Margarita V</b>
Deser	Deser	Deser	Deser	Deser
Krojona brzoskwinia podana z jogurtem owocowym lub rodzynki z serem i ciastkiem	Świeży owoc lub rodzynki podane z marchewkowym ciastem I mlekiem	Sałatka owocowa z opcjonalnym jogurtem naturalnym lub rodzynki z ciastkiem i serem	Świeży owoc lub rodzynki podane z ciastkiem owsianym oraz mlekiem	Świeży owoc dnia oraz czekoladowo-malinowe Brownie i mleko

V = Vegetarian

# Jadłospis szkół podstawowych w Aberdeenshire-od pazdz. 2022

Tydzień 3 – 14 listopada 12 grudnia, 23 stycznia, 20 lutego, 20 marca 2023

PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK
Zupa z kurczaka z makaronem	Zupa pomidorowa V	Zupa z soczewicy V	Zupa Minestrone V	<b>Kawałek melona V</b>
Danie główne	Danie główne	Danie główne	Danie główne	Danie główne
Makaron z sosem serowym V  Burak Groszek Kawałki ziemniaka	Ryba w panierce  Fasolka pomidorowa Brokół Frytki	Spaghetti bolońskie z pieczywem czosnkowym  Brokół Tarta marchewka	Kurczak pieczony w sosie z kaszką pszeniczną  Plastry marchewkowe Groszek Puree ziemniaczane	Hot dog w bułce z ketchupem lub musztardą  Surówka Kukurydza Kliny ziemniaczane
<b>Kawałki chrupiącego łososia</b>  <b>Burak</b> <b>Groszek</b> <b>Kawałki ziemniaka</b>	<b>Kurczak Chow Mein</b> <b>Brokół</b> <b>Kukurydza i groszek</b> <b>Lub Chow Mein Quorn V</b>	<b>Wieprzowina szarpana w tortilli z opjonalnym sosem BBQ lub pieczone warzywa V z serem mozzarella</b>  <b>Surówka</b> <b>Tarta marchewka</b>	Piecz. Ziemniak z fasolką pom. i serem V  Surówka Groszek	<b>Warzywne danie curry V z ryżem</b>  <b>Surówka</b> <b>Kukurydza</b>
Zupa i kanapka	Zupa i kanapka	Zupa i kanapka	Zupa i kanapka	Zupa i kanapka
Zupa z kurczaka z makaronem  i kanapka z mini kotlecikami mielonymi z surówką, marchewkowo-paprykowymi paluszkami	<b>Zupa pomidorowa V</b>  <b>kanapka z serem cheddar z surówką i ogórkiem</b>	<b>Zupa z soczewicy V</b> <b>Kanapka zawijana z tuńczykiem V oraz surówka, ananas i paluszek pizzowy margarita</b>	<b>Zupa Minestrone V</b> <b>oraz kanapka z cienko krojoną szynką w miękkiej bułce z surówką melonem</b>	<b>Kawałek melona V</b> <b>oraz miękka bułka z cienko krojonym kurczakiem z surówką oraz tartą marchewką</b>
Deser	Deser	Deser	Deser	Deser
Świeży owoc dnia lub rodzyki podane z serem i ciasteczkami	Świeży owoc dnia lub rodzyki podane z ciastkiem waniliowym oraz mlekiem	<b>Sałatka ze świeżych owoców oraz opcjonalnie jogurt naturalny lub rodzyki z serem i ciastkiem</b>	Świeży owoc dnia lub rodzyki podane z ciastkiem i mlekiem	Świeży owoc dnia lub rodzyki podane z a Ciastkiem biszkoptowym I budyniem

# Jadłospis szkół podstawowych w Aberdeenshire-od kwietnia 2022

Tydzień 4 – 21 listopada, 19 grudnia, 30 stycznia, 27 lutego, 27 marca 2023

PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK
Zupa z soczewicy V	Zupa Minestrone V	Zupa pomidorowa z makaronem V	Zupa z marchwi i kolendry V	<b>Zupa ziemniaczano-porowa V</b>
Danie główne	Danie główne	Danie główne	Danie główne	Danie główne
Burger wołowy w bułce lub burger wegetariański V  Surówka Kukurydza	Kawałki Kurczaka w panierce zawinięte w tortillę  surówka Tarta marchewka Kliny ziemniaczane	Domowe mięso w cieście  Groszek Marchewka w plastrach Puree ziemniaczane	Ryba w panierce  Fasolka pomidorowa Paluszki warzywne Frytki	Kotleciki mielone z indyka z sosem pomidorowym  Brokół Kukurydza Makaron penne
<b>Danie kurczak Korma z ryżem</b>  <b>Surówka Kukurydza</b>	Piecz. Ziemniak z fasolką pom. V  Surówka Tarta marchewka	Makaron w sosie serowym V  Groszek Plastry marchwi Puree ziemniaczane	<input type="checkbox"/> Wołowina Chilli podana z ryżem długoziarnistym lub warzywne Chili z ryżem długoziarnistym V  Groszek Kukurydza	<b>Paluszki rybne</b> <b>Brokół</b> <b>Surówka</b> <b>Makaron Penne lub Penne z sosem pom. V</b>
Zupa i kanapka	Zupa i kanapka	Zupa i kanapka	Zupa i kanapka	Zupa i kanapka
<b>Zupa z soczewicy V i kanapka z serem cheddar V z kawałkami owoców i warzyw</b>	<b>Minestrone Soup V i kanapka z mini kotlecikami mielonymi z surówką oraz tartą marchewką</b>	<b>Zupa pomidorowa V oraz kanapka z tuńczykiem w majonezie z surówką &amp; Oraz owocowe i warzywne kawałki</b>	<b>Zupa z marchwi i kolendry V</b> <b>bułka z cienko krojonym kurczakiem z surówką i ananasm</b>	<b>Zupa ziemniaczano-porowa V</b> <b>oraz kanapka z cienko krojoną szynką w miękkiej bułce z surówką i melonem</b>
Deser	Deser	Deser	Deser	Deser
<b>Świeży owoc dnia</b> <b>Lub rodzynki podane z serem i ciastkiem</b>	<b>Świeży owoc dnia lub rodzynki podane lodami waniliowymi</b>	<b>Świeży owoc dnia lub rodzynki podane z serem i ciasteczkiem</b>	<b>Świeży owoc dnia lub rodzynki podane z ciastkiem maślanym i mlekiem</b>	<b>Świeży owoc dnia lub rodzynki podane z ciastkiem czekoladowym i mlekiem</b>