



Jadłospis Szkół Podstawowych Aberdeenshire Council – Jesień/ Zima 2017/18

Tydzień 1 - Tydzień rozpoczynający się 30 paź, 21 list., 12 czerwca, 28 sierpnia oraz 25 września



| PONIEDZIAŁEK | WTOREK | ŚRODA | CZWARTEK | PIĄTEK |
|--|---|--|---|---|
| Zupa domowa-wybór kucharza | | | Zupa domowa-wybór kucharza | |
| Filet rybny w panierce z ryby lokalnej Makaron z zapieczonymi pomidorami w ziołach, podawany z pieczywem czosnkowym | Pizza domowa z serem i pomidorami Stek wołowy opiekany na cieście | Kurczak pieczony w sosie z kukurydzą Panini wypełnione serem cheddar z warzywami sezonowymi i kawałkami owoców | Wybór wieprzowych kiełbasek Teriyaki Salmon Stir Fry serwowany z makaronem | Burger wołowy w bułce serwowany z warzywami sezonowymi i kawałkami owoców Kurczak curry z ryżem i chlebem drożdżowym |
| Ziemniak pieczony nadziany serem cheddar | Ziemniak pieczony nadziany tuńczykiem w majonezie | Ziemniak pieczony nadziany Coronation Chicken | Ziemniak pieczony nadziany fasolką w sosie pom | Ziemniak pieczony nadziany serem cheddar |
| Groszek Marchewka w plastrach Frytki | Kwiaty brokuła Paluszki warzywne Puree ziemniaczane | Marchewka w plastrach Kapusta Ziemniaki pieczone | Fasolka w sosie pom Kwiaty brokuła Puree ziemniaczane | Kukurydza |
| <u>Zimna płyta kanapkowa</u> Kanapki z szynką i/lub tuńczykiem w majonezie podawane z sałatką oraz łożeczką melona | <u>Zimna płyta kanapkowa</u> Kanapki z serem cheddar i/lub tuńczykiem w majonezie podawane z sałatką oraz paluszkami pizzy | <u>Zimna płyta kanapkowa</u> Wrap z kurczakiem i/lub kanapka z tuńczykiem w majonezie podawane z sałatką, warzywami sezonowymi i kawałkami owoców | <u>Zimna płyta kanapkowa</u> Kanapki z jajkiem w majonezie i/lub tuńczykiem w majonezie serwowane z sałatką oraz łożeczką melona | <u>Zimna płyta kanapkowa</u> Kanapki z szynką i/lub kurczakiem w majonezie serwowane z sałatką, warzywami i kawałkami owoców |
| Ciastko jabłkowe serwowane z budyniem | Lody z sałatką owocową | Ciastko o smaku karmelowym z mlekiem | Ciasto czekoladowe z budyniem | Babeczka owocowa z mlekiem |

- Koszyk chlebów, wybór sałatek, świeży owoc, jogurty, sery i herbatniki są dostępne jako stała część codziennego jadłospisu
- Kiedy do jadłospisu dołączona jest zupa, można ją otrzymać jako dodatkowe danie
- Pieczone ziemniaki z wypełnieniem są dostępne na podstawie zamówień każdego ranka
- Posiłki wegetariańskie są dostępne na żądanie. Jadłospisy dietetyczne zalecone medycznie są dostępne poprzez ustalenie.

Dążymy do wykorzystania produktów pochodzących ze źródeł lokalnych, kiedy tylko to możliwe



Jadłospis Szkół Podstawowych Aberdeenshire Council – Jesień/ Zima 2017/18

Tydzień 2 - Tydzień rozpoczynający się 24 kwietnia, 22 maja, 19 czerwca, 4 września oraz 2 października



| PONIEDZIAŁEK | WTOREK | ŚRODA | CZWARTEK | PIĄTEK |
|---|--|---|---|---|
| | | | Zupa domowa-wyбір kucharza | |
| Tradycyjny Chicken Pie Falafels w sosie słodko-kwaśnym z makaronem | Indyk panierowany w bułce serwowany z warzywami sezonowymi i kawałkami owoców Wołowina lokalna pieczona w sosie z kukurydzą | Wyбір kielbasek wieprzowych 'Yorkshire Pudding' Kurczak w słodkim sosie chilli z makaronem | Tradycyjny makaron w sosie serowym Sałatka z szynki i ananasa | Filet rybny w panierce z ryby lokalnej Mięso wieprzowe pieczone, serwowane w bułce |
| Ziemniak pieczony nadziany serem cheddar | Ziemniak pieczony nadziany tuńczykiem w majonezie | Ziemniak pieczony nadziany kurczakiem w słodkim sosie chilli | Ziemniak pieczony nadziany sałatką Coleslaw | Ziemniak pieczony nadziany serem cheddar |
| Kwiaty brokuła Marchewka w Plastrach Puree ziemniaczane | Marchew w plastrach Gotowane ziemniaki | Kukurydza Kwiaty brokuła Puree ziemniaczane | Burak w plastrach Domowa sałatka Coleslaw Chleb czosnkowy | Marchew w plastrach Frytki |
| <u>Zimna płyta kanapkowa</u> Kanapki z tuńczykiem w majonezie i/lub z szynką podawane z sałatką oraz łożeczką melona | <u>Zimna płyta kanapkowa</u> Kanapki z jajkiem w majonezie i/lub tuńczykiem w majonezie serwowane z sałatką, warzywami sezonowymi oraz kawałkami owoców | <u>Zimna płyta kanapkowa</u> Wrap z kurczakiem i/lub kanapki z serem cheddar serwowane z sałatką i winogronami | <u>Zimna płyta kanapkowa</u> Kanapki z szynką i/lub tuńczykiem w majonezie podane z sałatką oraz łożeczką melona | <u>Zimna płyta kanapkowa</u> Kanapki z serem cheddar i/lub tuńczykiem w majonezie serwowane z sałatką, warzywami sezonowymi i kawałkami owoców |
| Lody serwowane z sałatką owocową | Castko czekoladowo-jogurtowe serwowane z budyniem | Domowe herbatniki otrębowe z mlekiem | Galaretka serwowana z sałatką owocową | Ciasto marchewkowe oblane lukrem z budyniem |



Jadłospis Szkół Podstawowych Aberdeenshire Council – Jesień/ Zima 2017/18



Tydzień 3 - Tydzień rozpoczynający się 1 & 29 maja, 26 czerwca, 11 września oraz 9 października

| PONIEDZIAŁEK | WTOREK | ŚRODA | CZWARTEK | PIĄTEK |
|---|--|---|---|---|
| | | Zupa domowa-wybór kucharza | | Zupa domowa-wybór kucharza |
| Pizza domowa z serem i pomidorami Kurczak curry z ryżem i chlebem drożdżowym | Kurczak pieczony w sosie z kukurydzą Stovies serwowane z ciasteczkiem zbożowym | Wybór kiełbasek wieprzowych w bułce z sosem pomidorowym serwowane z warzywami sezonowymi i kawałkami owoców Kurczak w sosie miodowym z makaronem | Filet rybny w panierce z ryby lokalnej Gulasz na ostro wymieszany z ziemniakami podawany z ciastkiem otrębowym | Spaghetti Bolognese podane z chlebkiem czosnkowym Zapiekana bułka Panini wypełniona serem cheddar z szynką serwowana z warzywami sezonowymi i kawałkami owoców |
| Ziemniak pieczony nadziany kurczakiem curry | Ziemniak pieczony nadziany serem cheddar | Ziemniak pieczony nadziany kurczakiem w majonezie | Ziemniak pieczony nadziany fasolką w sosie pom. | Ziemniak pieczony nadziany tuńczykiem w majonezie |
| Kwiaty brokuła Fasolka w sosie pom Puree ziemniaczane | Marchew w plastrach Buraczki w plastrach Pieczone ziemniaki | Kwiaty brokuła | Fasolka w sosie pom. Kukurydza Frytki | Groszek Kwiaty brokuła |
| <u>Zimna płyta</u> Kanapki z szynką i/lub tuńczykiem w majonezie serwowane z sałatką oraz paluszkami pizzy | <u>Zimna płyta</u> Kanapki z serem cheddar i/lub jajkiem w majonezie serwowane z sałatką oraz winogronami | <u>Zimna płyta</u> Kanapki z serem cheddar i/lub kurczakiem w majonezie z sałatką, warzywami sezonowymi i kawałkami owoców | <u>Zimna płyta</u> Kanapki z tuńczykiem w majonezie i/lub szynką serwowane z sałatką i łożeczką melona | <u>Zimna płyta</u> Kanapki z kurczakiem i/lub tuńczykiem w majonezie podane z sałatką oraz warzywami sezonowymi i kawałkami owoców |
| Pudding rużowy serwowany z sałatką owocową | Babeczka cytrynowa z mlekiem | Mus truskawkowy serwowany z sałatką owocową | Ciastko czekoladowe z mlekiem | Lody z brzoskwiniami |



Jadłospis Szkół Podstawowych Aberdeenshire Council – Jesień/ Zima 2017/18



Tydzień 4 - Tydzień rozpoczynający się 8 maja, 5 czerwca, 21 sierpnia oraz 18 września

| PONIEDZIAŁEK | WTOREK | ŚRODA | CZWARTEK | PIĄTEK |
|---|--|--|---|---|
| | Zupa domowa-wybór kucharza | | | Zupa domowa-wybór kucharza |
| Burger wołowy w bułce serwowany z warzywami sezonowymi i kawałkami owoców Paluszki rybne | Tradycyjny Chicken Pie Zapiekana bułka Panini wypełniona serem cheddar serwowana z warzywami sezonowymi i kawałkami owoców | Filet rybny w panierce z lokalnej ryby Lasagnia wołowa z chlebem czosnkowym | Wołowina lokalna pieczona w sosie z kukurydzą Tradycyjny makaron w sosie serowym | Wybór kiełbasek wieprzowych serwowanych w 'Yorkshire Pudding' Fajita Wrap z kurczakiem |
| Ziemniak pieczony z serem cheddar | Ziemniak pieczony z kurczakiem w majonezie | Ziemniak pieczony z fasolką w sosie pom. | Ziemniak pieczony z tuńczykiem w majonezie | Ziemniak pieczony nadziany serem cheddar |
| Kukurydza | Marchew w plastrach Puree ziemniaczane | Fasolka w sosie pom. Kwiaty brokułów Frytki | Burak w plastrach Puree z rzepy Puree ziemniaczane | Groszek Gotowane ziemniaki |
| <u>Zimna płyta</u> Kanapki z szynką i/lub tuńczykiem w majonezie serwowane z sałatką, warzywami i kawałkami owoców | <u>Zimna płyta</u> Kanapki z kurczakiem i/lub tuńczykiem w majonezie w cieście, serwowane z sałatką, warzywami i kawałkami owoców | <u>Zimna płyta</u> Kanapki z szynką i/lub jajkiem w majonezie serwowane z sałatką i łódeczką melona | <u>Zimna płyta</u> Kanapki z serem cheddar i/lub tuńczykiem w majonezie serwowane z sałatką oraz winogronami | <u>Zimna płyta</u> Kanapki z kurczakiem w majonezie i/lub tuńczykiem w majonezie serwowane z sałatką łódeczką melona |
| Ciasto biszkoptowe z lukrem i z budyniem | Galaretka z owocami | Pudding semolina serwowana z sałatką owocową | Shortbread z mlekiem | Ciastko czekoladowo-gruszkowe Brownie serwowane z budyniem |