Jadłospis przedszkolny

18.03-22.03.2024

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Posiłek** | **Poniedziałek** | **Wtorek** | **Środa** | **Czwartek** | **Piątek** |
| **Śniadanie** | **Chleb biały, graham /gluten/ masło, szynka****/gorczyca/** sałata, pomidor, szczypior, ogórek zielony /30/ Herbata z cytryną /250/**Kakao** **z mlekiem/**150/ | **Chleb biały, graham****/gluten/, masło, ser, jajo** /40/sałata, pomidor, ogórek zielony /30/, miódherbata owocowa /250/ | **Chleb biały, graham /gluten/ masło,** **Kiełbaski na ciepło /gorczyca/**, /30/, rumianek /250/, **kawa zbożowa**/**gluten/**150/jabłko | **Chleb biały, graham,** **/gluten/****masło, twaróg,** pomidor, ogórek zielony, szczypior /30/, dżemherbata owocowa z cytryną /200/ | **Pieczywo mieszane /gluten/** **masło** , pasta z **makreli, jajo** cebulka zielona, rzodkiewka /30/Herbata z cytryną /250/**kawa zbożowa**/**gluten**/150/ |
| **Obiad****kcal** | **Żurek z ziemniakami**  /**seler, gluten/** /250/**Makaron z masłem, serem,** cukrem **/gluten, jaja/** /250/Surówka z marchewki, jabłka/70/Kompot /200/520 | **Zupa pieczarkowa z makaronem, zabielana****/gluten, mleko, seler**/ /250/Kotlety drobiowe, /80/**Ziemniaki**  /150/ sałata lodowa z pomidorkami, rzodkiewkąsosem **jogurtowym**/60/510 | **Zupa brokułowa zabielana z** ziemniakami**/seler, mleko/** /250/**Risotto z mięsem drobiowym, warzywami /250/** Marchewka do chrupania kompot /200/500 | Barszcz z ziemniakami**/seler/** /250/ Polędwiczki wieprzowe w sosie **śmietanowym** /110/**kasza** **bulgur** /100/kompot /200/Fasolka szparagowa z **masłem** /60/Kompot /200/550 | **Zupa** z grochowa z ziemniakami**/seler /** /250/ryż /100/ koktajl z **jogurtu i** truskawek, bananów /180/kompot /200/500 |
| **Podwieczorek** | Sok warzywno-owocowy- tłoczony /200/, Wafle ryżowe | **Kasza manna na mleku** /180/**/gluten/,****mandarynka** | **Babka piaskowa /gluten, jajo, mleko/**  , **mleko** /180/ | **Sezamki ,** woda z cytryną, jabłko | **Rogal** 1/2**/gluten, mleko, jajo/** **mleko** /150/ jabłko 1/2 |

 **Podstawą zup są wywary mięsne (udka z kurczaka, indyk ) oraz świeże warzywa (marchew, seler, pietruszka, por). Zastrzegamy sobie prawo do modyfikacji jadłospis**