Jadłospis przedszkolny

25.03-29.03.2024

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Posiłek** | **Poniedziałek** | **Wtorek** | **Środa** | **Czwartek** | **Piątek** |
| **Śniadanie** | **Chleb biały, graham /gluten / masło, szynka****/gorczyca/** sałata, szczypior pomidor /50/ Herbata z cytryną /250/, **mleko** /100/ | **Chleb biały, graham /gluten/ masło,** **Ser żółty**, sałata, ogórek zielony, rzodkiewka, /40/, miódherbata z cytryną /250/ | **Chleb biały, graham /gluten, masło/****Kiełbaski** **/gorczyca/** na ciepło /70/ Herbata z cytryną /250/, **mleko** /150/melon | **Chleb biały, graham /gluten/ masło,**Pasta z pieczonych marchewek, rzodkiewka, cebulka zielona /50/ herbata rumiankowa /250/ **kawa zbożowa** **mleko /gluten/** /150/ | **Chleb biały, graham /gluten /** **masło , jajo,** ogórek kiszony, rzodkiewka cebulka zielona, /50/ dżem Herbata owocowa /250/, **mleko**/150/ |
| **Obiad****kcal** | **Zupa jarzynowa zabielana /gluten, seler**/ z ziemniakami/250/**Pierogi leniwe /jajo, gluten/ z serem, masłem,** cukrem /250/ Surówka z marchewki , jabłka /60/Kompot /200/540 | Zupa ryżowa**/seler, /** /250/ **Nuggetsy z kurczaka** /70/ **/gluten, jajo/**ziemniaki /150//70/Surówka z ogórka kiszonego, marchewki /70/ Kompot /200/ 520 | **Zupa szpinakowa z ryżem**  /250/ **/seler/****Kotlety z ryby** **/gluten, jajo/****/**70/, ziemniaki /150/sałata z sosem **jogurtowym**kompot-. owocowy /200510 | Zupa z pomidorowa **makaronem**, **zabielana** /**mleko, gluten,jajo,seler/**/250/**Gulasz wieprzowy /gluten/****Kasza** surówka z kapusty kiszonej z marchewką /60/, kompot owocowy /200/520 | Zupaz zielonego groszku z **grzankami** /250/ /**gluten, seler**/ **Kopytka z masłem** **/gluten,jajo/** /250/Surówka z marchewki, jabłka/70/510 |
| **Podwieczorek** |  Kisiel truskawkowy, **ciastko /gluten, mleko, jajo/** | **Weki, masło,****/gluten/, szynka, /gorczyca/**Sałata, ogórek zielony | **Mleko,** mandarynka,wafla ryżowa | **Serek**, paluch kukurydziany | Banan, **mleko**  |

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