Jadłospis przedszkolny

09.01-13.01.2023

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Posiłek** | **Poniedziałek** | **Wtorek** | **Środa** | **Czwartek** | **Piątek** |
| **Śniadanie****kcal** | **Chleb biały, graham /pszenica,żyto/ masło, szynka****/gorczyca/** sałata, pomidor, szczypior, ogórek zielony /30/ Herbata z cytryną /250/**Kakao** **mleko/**150/ | **Chleb biały, graham****/pszenica, żyto/****masło, ser, jajo** /40/sałata, pomidor, ogórek zielony /30/, miódherbata owocowa /250/ | **Chleb biały, graham /pszenica, żyto/ masło,** **Kiełbaski na ciepło /gorczyca/**, /30/, rumianek /250/, **kawa zbożowa**/**żyto, jęczmień**/150/mandarynki | **Chleb biały, graham,** **/pszenica, żyto/****masło, twaróg,** pomidor, ogórek zielony, szczypior /30/, dżemherbata owocowa z cytryną /200/ | **Weki/pszenica/** masło , pasta z **makreli, jajo** cebulka zielona, rzodkiewka /30/Herbata z cytryną /250/**kawa zbożowa**/**żyto, jęczmień**/150/ |
| **Obiad****kcal** | **Żur z** ziemniakami /**seler, mąka żytnia/** /250/**Makaron z** /**mąka, jaja**/ **z masłem,serem,** cukrem/250/Surówka z marchewki, jabłka /70/Kompot /200/520 | **Zupa dyniowa z grzankami** **/mąka pszenna, seler**/ /250/Kotlety mielone wieprzowe /80/**Ziemniaki**  /100/ Surówka z białej kapusty, marchewki,koperek /60/Kompot /200/510 | **Zupa szpinakowa z** ziemniakami zabielana **/seler, mleko,****mąka/** /250/**Risotto z mięsem drobiowym, warzywami /250/** banankompot /200/500 | **Zupa jarzynowa** z ziemniakami**/seler, /** /250/ Gulasz wieprzowy **Kasza jęczmienna** /70/ziemniaki /100/buraki z jabłkiem/60/kompot /200/550 | **Zupa z grochowa** z ziemniakami**/seler /** /250/ryż /100/ koktajl z **jogurtu i** truskawekkompot /200/jabłko500 |
| **Podwieczorek****kcal** | Kisiel , **piernik /mleko, jajo, mąka/** | Budyń **na mleku,** jabłko | Gruszka z kroplą **czekolady**, płatkami migdałów | **Serek,** paluch kukurydziany | banan |

Zastrzegamy sobie prawo do modyfikacji jadłospisów.