Jadłospis przedszkolny

20.11-24.11.2023

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Posiłek** | **Poniedziałek** | **Wtorek** | **Środa** | **Czwartek** | **Piątek** |
| **Śniadanie** | **Chleb biały, graham /gluten/, masło,** **szynka, /gorczyca,****seler/** , sałata, pomidor, cebulka zielona /30/Herbata zz cytryną /200/, **kakao z mlekiem** /150/ | **Chleb biały, graham /mąka-gluten/ masło, ser ,** sałata, pomidor, szczypior /30/,miódherbata owocowa /200/ | **Chleb biały, graham masło /mąka-gluten/** **kiełbaski /gorczyca/** na ciepło /70/, keczup /**gorczyca,** **seler**/Herbata owocowa/200/,**Mleko** /150/ mandarynka | **Chleb biały, graham /gluten/, masło,** **twaróg**, rzodkiewka, ogórek zielony,szczypior /30/dżem Herbata ziołowa /200/  | **Chleb biały, graham /gluten/, masło** pastaz **jaj,** cebulka zielona, Herbata z cytryną /200/**Kawa zbożowa**/**pszenica,****jęczmień,****żyto/** /150/ |
| **Obiad****kcal** | Zupa kalafiorowa z marchewką, ziemniakami, koperkiem **/ seler/** /250/**Spaghetti z sosem pomidorowym, mięsem, serem /jajo, gluten/**pietruszka zielona /250/, Marchewka do chrupania /60/kompot /200/500 | Zupa szpinakowa z ziemniakami, **zabielana****/seler, mleko,****gluten /** /250/Gulasz wieprzowy/150/**Kasza jęczmienna** /100/ **/gluten/**Surówka z kapusty kiszonej, marchewką /60/kompot /200/490 | **Zupa grysikowa /seler, gluten/**/250/ **Kluski** **/jajo**/ z mięsem, **masłem,** szczypior /250/Surówka z ogórka kiszonego z marchewką /60/ kompot /200/510 | **Zupa ryżowa** /250/ **/ seler/****kotlet drobiowy** **/jajo, gluten/** /70/ Ziemniaki /150/,Marchewka z groszkiem z **masłem /**70/kompot/200/500 | **Zupa z zielonego groszku z grzankami /seler/** /250/Kotlety z **ryby** /**jajo, gluten/** 70/Ziemniaki /150/, Buraki z jabłkiem, słonecznikiem /70/Kompot /200/520 |
| **Podwieczorek** | Koktajl truskawkowo-bananowy z **jogurtem,** paluch kukurydziany | budyń na **mleku /180/,** melon | **Sezamki**Woda z cytryną | Galaretka, **piernik /mleko, jajo,gluten/** jabłko | **Serek**, banan |

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