Jadłospis przedszkolny

29.05-02.06.2023

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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/**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/winogrona | **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,ogórek kiszony /30/Herbata z cytryną /250/**kawa zbożowa**/**żyto, jęczmień**/150/ |
| **Obiad****kcal** | Zupa ogórkowa z ziemniakami **zabielana** /250/**/seler, mleko/****Makaron z masłem, serem, cukrem** /**mleko, jajo, mąka pszenna**/Surówka z marchewki, jabłkaKompot owocowy /200/520 | Zupa pomidorowa z ryżem z **zabielana****/mąka pszenna, mleko, seler**/ /250/Kotlety z kurczaka  **/jajo, mąka pszenna/** /70/Ziemniaki /100/ Mizeria z ogórków, **jogurtu**, koperek/80/Kompot /200/510 | Zupa jarzynowa z ziemniakami /**seler,gorczyca/** /250/**Spaghetti z mięsem, serem, w sosie pomidorowym /250/ mąka pszenna, jajo, /**Marchewka do chrupania kompot /200/500 | Zupa pieczarkowa z **makaronem zabielana****/seler, jajo, mleko/** /250/ Gulasz wieprzowy /mąka/ /180/**Kasza** **jęczmienna** /100/buraki z jabłkiem/60/kompot /200/kukurydza prażona550 | Zupa z fasolowa z ziemniakami**/seler, /** /250/ryż /100/ koktajl z **jogurtu i** truskawek z miodemkompot /200/500 |
| **Podwieczorek****kcal** | Płatki owsiane z **mlekiem**Banan 1/2 | **Kasza manna na mleku,** jabłko 1/2 | **Serek** własnej roboty z truskawką, bananem /160/ , paluch kukurydziany | Arbuz  | Banan, **mleko** |

**Podstawą zup są wywary mięsne (udka z kurczaka) oraz świeże warzywa (marchew, seler, pietruszka, por).**

**Zastrzegamy sobie prawo do modyfikacji jadłospisów.**