Jadłospis przedszkolny

04.09-08.09.2023

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Posiłek** | **Poniedziałek** | **Wtorek** | **Środa** | **Czwartek** | **Piątek** |
| **Śniadanie****kcal** | **Chleb biały, graham /mąka-gluten/, masło,** **szynka /gorczyca/**, sałata, pomidor, cebulka zielona /30/ ,Herbata z cytryną /250/,**mleko** /150/ | **Chleb biały, graham /mąka-gluten/ masło, ser ,** sałata, pomidorki /30/,miódherbata owocowa /250/ | **Chleb biały, graham, masło** **/gluten/** **Kiełbaski /gorczyca/** na ciepło /70/, keczup / **seler**/Herbata owocowa/250/,**Kakao z mlekiem** /150/  | **Chleb biały, graham /gluten/** **Masło,****Twaróg**, sałata rzodkiewka, ogórek zielony /30/ herbata z owocowa /250/  | **Weki /gluten/, masło** , pasta z **jaj**, cebulka zielona, Herbata z cytryną /250/**Kawa zbożowa**/**pszenica,****jęczmień,****żyto/** /150/ |
| **Obiad****kcal** | **Zupa kalafiorowa z koperkiem, marchewką /seler/** /250/ **Naleśniki /mąka pszenna, mleko, jajo/ z serem,** dżemem /200/ ,Banan 1/2kompot /200/520 | **Rosół z makaronem****/seler, jajo, gluten /** /250/Filet z indyka pieczeń /70/ziemniaki/100/ Buraki z jabłkiem /70/ kompot /200/510 | **Zupa grysikowa** **/gluten, seler/** /250/**Łazanki z kapustą, mięsem , wędliną****/jajo,mąka-pszenna, gorczyca /**pietruszka zielona /250/, Marchewka do chrupania /60/kompot /200/540 | **Zupa pieczarkowa zabielana z makaronem** /250/ / **jajo, gluten, seler, mleko/****Kotlet mielony z szynkówki** **/jajo, gluten**/ /70/ Ziemniaki /100/ Surówka z kapusty kiszonej, marchewka /70/Kompot /200/550 | **Zupa z zielonego groszku z grzankami /mąka-gluten, seler** /250/Kotlety z **ryby**/**ryba, jajo,****Mąka-gluten**/70/Ziemniaki /150/, Mizeria z ogórków, jogurtu, koperek /80/Kompot /200/520 |
| **Podwieczorek** | Kisiel z truskawek, paluch kukurydziany | Budyń na **mleku,** jabłko | Brzoskwinia  | Weki, masło,**szynka /gorczyca, seler/**, kakao z **mlekiem**  | arbuz |

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

Placówka zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.