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/,  miód  herbata 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 1/2  kompot /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.