

# Jadłospis przedszkolny

14.10-18.10.2024

| Posiłek             | Poniedziałek  | Wtorek   | Środa   | Czwartek   | Piątek  |
|---------------------|---|--|---|--|---|
| <b>Śniadanie</b>    | Chleb biały, graham /gluten/ masło, szynka, /gorczyca, seler/ sałata, pomidor, szczypior, ogórek zielony /30/ Herbata z cytryną /250/ Kakao z mlekiem /150/ | Chleb biały, graham /gluten/, masło, ser, jajo /40/ sałata, pomidor, ogórek zielony /30/, dżem herbata owocowa /250/   | Chleb biały, graham /gluten/ masło, paszтет /gorczyca/ ogórek kiszony /30/, herbata z cytryną /250/, kawa zbożowa /gluten/ na mleku /150/ | Chleb biały, graham, /gluten/ masło, twaróg, pomidor, ogórek zielony, szczypior /30/, miód herbata owocowa z cytryną /200/                   | Chleb biały, graham /gluten/ masło, pasta z makreli cebulka zielona, ogórek kiszony, rzodkiewka /30/ Herbata z cytryną /250/ kawa zbożowa /gluten/ na mleku /150/ |
| <b>Obiad</b>        | Żur z ziemniakami, wędliną /seler, gluten, gorczyca/ /250/ Pierogi leniwe z serem, masłem cukrem /250/ Surówka z marchewki, jabłka/70/ Kompot /200/         | Zupa pieczarkowa z makaronem zabieleną /gluten mleko, jajo, seler/ /250/ Kotlet mielony z łopatki /70/ /gluten, jajo/ ziemniaki/150/ mizeria z ogórków, jogurtu, koperek /80/ kompot /200/ | Zupa dyniowa z ziemniakami /seler/ /250/ Łazanki z kapustą kiszoną, mięsem, wędliną /gluten, gorczyca/ Banan kompot /200/                 | Barszcz z ziemniakami /seler/ /250/ Pieczeń drobiowa w sosie /gluten/ /150/ Kasza bulgur /120/ kapusta czerwona z boczkiem /70/ kompot /200/ | Zupa fasolowa z wędliną, ziemniakami /seler, gorczyca / /250/ Koktajl jogurtowo-truskawkowy /150/ Ryż /100/ Kompot /200/ banan                                    |
| <b>kcal</b>         | 520   | 510  | 500   | 520  | 490   |
| <b>Podwieczorek</b> | Kisiel truskawkowy/200/ rogal ½ /mleko, gluten/   | Płatki owsiane, na mleku /180/ Gruszka 1/2   | Weki /gluten/ masło, dżem, mleko /180/  | Babka /mleko, gluten, jajo/ Mleko/180/   | banan, herbata owocowa /200/  |

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