Jadłospis przedszkolny

02.12-06.12.2024

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Posiłek** | **Poniedziałek** | **Wtorek** | **Środa** | **Czwartek** | **Piątek** |
| **Śniadanie** | **Chleb biały, graham /gluten/ masło, szynka**  **/gorczyca,seler/**, , sałata, ogórek  zielony, pomidor  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/ | **Chlyb bioły, graham /gluten/ masło,**  **wusztliki śląskie** na ciepło  **/gorczyca/ /60/**  Tyj z cytryną /250/,  **kawa zbożowo**  /**gluten/ na mlyku /**150/  jabłko | **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,** **jajo,** ogórek kiszony**,** cebulka zielona, rzodkiewka /30/  Herbata z cytryną /250/  **kawa zbożowa /gluten/**  na **mleku**150/  **piernik /mleko, jajo, gluten**/ mandarynka |
| **Obiad**  **kcal** | **Zupa ogórkowa z ryżem, zabielana**  /**seler, mleko, gluten/** /250/  **Makaron z masłem, serem,** cukrem /**gluten**/ /250/  Surówka z marchewki, jabłka/70/  Kompot /200/  520 | **Zupa kartoflana** **/seler/** /250/  **Łazanki z kapusty kiszonej, mięsa, wędliny** /250/ **/jajo, gorczyca/**  Marchewka do chrupania  kompot /200/    530 | **Zupa z nudlami /gluten, jajo, seler/** /250/  **Karminadle**  **/gluten, jajo/**  Kartofle  /120/  Modro kapusta omaszczono boczkiem /70/  Kompot z owocow /200/  500 | Zupa ryżowa /250/  **/seler/**  **Potrawka z udka kurczaka** **/gluten/** /180/  ziemniaki /120/  surówka z ogórka kiszonego, marchewki  /70/  kompot /200/  550 | **Zupa z o grochowa z grzankami, wędliną**  **/seler, gluten,gorczyca/** /250/  Ryż /150/, koktajl **jogurtowo**-bananowo-truskawkowy /200/  Kompot /200/  500 |
| **Podwieczorek** | **Weki, masło, ser żółty,** **/gluten/** sałata, pomidor, herbata z miodem, cytryną | **pierniki /mleko, jajo, gluten/,**  **mleko /150/,** mandarynka | **Oblaty /mleko, gluten/,**  jabłko | Płatki owsiane z **mlekiem**, banan | **Sezamki,** woda z cytryną |

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