Jadłospis przedszkolny

25.11-29.11.2024

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Posiłek** | **Poniedziałek** | **Wtorek** | **Środa** | **Czwartek** | **Piątek** |
| **Śniadanie****kcal** | **Chleb biały, graham /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/kakao z **mlekiem** /150/ | **Chleb biały, graham masło /mąka-gluten/** **Kiełbaski /gorczyca/** na ciepło /70/, keczup / **seler**/Herbata owocowa/250/,**Mleko** /150/ melon | **Chleb biały, graham /mąka-gluten/****masło, twaróg**, rzodkiewka, ogórek zielony /30/ herbata z owocowa /250/ **mleko** /150/ | **Weki /mąka-gluten/, masło** , pasta z **jaj ,**  cebulka zielona, ogórek kiszony, Herbata z cytryną /250/**Kawa zbożowa z mlekiem**/**gluten/** /150/ |
| **Obiad****kcal** | **Zupa jarzynowa z ziemniakami /seler/** /250/ **Naleśniki** **/gluten, mleko, jajo/** **z serem,** dżemem /200/ ,mandarynka kompot /200/510 | **Zupa** pomidorowa z ryżem**/seler /** /250/Polędwiczki wieprzowe w sosie **śmietankowym** /70/Ziemniaki /150/ Buraki z jabłkiem /70/ kompot /200/ 520 | **Zupa** grochowa z ziemniakami**/ seler /** /250/Zapiekanka ziemniaczana z mięsem, **wędliną, serem** /220/**/gorczyca/**Kompot /200/Mandarynka 500 | **Zupa** pieczarkowa z **makaronem, zabielana**/250/**/seler, gluten, mleko/****Filet z indyka** **/mąka pszenna** /70/ Ziemniaki /120/ Mizeria z ogórków, **jogurtu,** koperek /70/kompot/200/510 | **krupnik****/seler,gluten/** /250/**Kotlet z ryby /jajo,ryba,gluten/**Ziemniaki/120/Fasolka szparagowa z **masłem**kompot /200/520 |
| **Podwieczorek** | **Babka /mleko, gluten, jajo/, mleko** | **Serek**, paluch kukurydziany | koktajl z **jogurtu,** truskawek , bananów /200/paluch kukurydziany  | **Gruszka zapiekana z kroplą gorzkiej czekolady****/mleko, śladowe ilości orzechów/, płatki migdałowe** | Banan, **mleczko** |

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