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/,  miód  herbata 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**