Jadłospis przedszkolny

16.12-20.12.2024

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Posiłek** | **Poniedziałek** | **Wtorek** | **Środa** | **Czwartek** | **Piątek** |
| **Śniadanie**  **kcal** | **Chleb biały, graham /gluten/ masło,** **szynka /gorczyca/**, sałata, cebulka zielona pomidor, ogórek zielony /30/ ,  Herbata z cytryną /250/, **mleko** /150/ | **Chleb biały, graham /gluten/ masło, ser ,** sałata, pomidor, rzodkiewka /30/, miód  herbata owocowa /250/  zupa **mleczna** z ryżem /180/ | **Chleb biały, graham masło /gluten/**  Pasta mięsna /30/, szczypior, ogórek kiszony  Herbata owocowa/250/,  **Mleko** /150/ | **Chleb biały, graham /gluten/ masło**,  **Twaróg** , rzodkiewka, ogórek zielony /30/ miód,  herbata z owocowa /250/ | **Pieczywo mieszane,**  **/gluten/, masło,** pasta z **jaj,** rzodkiewka, cebulka zielona, pomidor,  Herbata z cytryną /250/  **Mleko** /150/ |
| **Obiad**  **kcal** | **Kapuśniak z kapusty kiszonej z ziemniakami**  **/seler/** /250/  **Naleśniki z serem, dżemem /mleko, jajo, gluten/ /200/**  Mandarynka  Kompot /200/  500 | **Zupa pomidorowa z makaronem, zabielana /mleko, gluten, seler/**  **/250/**  Schab zapiekany /70/  Kasza jaglana /100/  Marchewka z groszkiem, **/masło, gluten/** /70/  kompot /200/  520 | **Zupa ziemniaczana**  **/ seler, gluten/**  **/250/**  **Spaghetti z** mięsem, sosem pomidorowym, **serem /250/**  **/gluten, ser/**  Marchewka do chrupania  Kompot /200/  510 | **Zupa jarzynowa**  /250/ /**seler/**  **Kotlet mielony** drobiowy  **/jajo ,gluten/** /70/  Ziemniaki /150/  Sałata lodowa z pomidorem, szczypiorkiem, rzodkiewką  /80/  kompot/200/  510 | **Barszcz z uszkami /gluten, jajo, seler/** /250/  Kotlety z **ryby** /70/  / **dorsz, jajo, gluten** /70/  Ziemniaki /150/,  Kapusta kiszona z pieczarkami /70/  Kompot z suszonych owoców /200/  520 |
| **Podwieczorek** | Banan, mleko | Galaretka, **piernik /gluten, jajo, mleko/**  banan 1/2 | Gruszka zapiekana, z **czekoladą** /**mleko/,** migdałami | Płatki owsiane na **mleku,** jabłko | **Sezamki**, woda z cytryną |

**Podstawą zup są wywary mięsne (udka z kurczaka, indyka, żeberko wieprzowe) oraz świeże warzywa (marchew, seler, pietruszka, por).**

**Placówka zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.**