Jadłospis przedszkolny

04.03-08.03.2024

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Posiłek** | **Poniedziałek** | **Wtorek** | **Środa** | **Czwartek** | **Piątek** |
| **Śniadanie** | **Chleb biały, graham**  **/gluten / masło, szynka**  **/gorczyca/** sałata, szczypior pomidor /50/  Herbata z cytryną /250/, **mleko** /100/ | **Chleb biały, graham /gluten/ masło,**  **Ser żółty**, sałata, ogórek zielony, rzodkiewka,  /40/, dżem  herbata z cytryną /250/ | **Chleb biały, graham /gluten, masło/**  **Kiełbaski** **/gorczyca/** na ciepło /70/  Herbata z cytryną /250/,  **mleko** /150/  jabłko | **Chleb biały, graham /gluten/ masło,**  **Twaróg,** rzodkiewka, ogórek zielony, cebulka zielona /50/  miód, herbata rumiankowa /250/ | **Chleb biały, graham**  **/gluten /**  **masło , jajo,** ogórek kiszony, rzodkiewka cebulka zielona, /50/ dżem  Herbata owocowa /250/, **mleko**/150/ |
| **Obiad**  **kcal** | **Żur** **/gluten, seler**/ z ziemniakami, wędliną  /250/  **Pierogi leniwe /jajo, gluten/ z serem, masłem,** cukrem /250/  Surówka z marchewki , jabłka /70/  Kompot /200/  510 | Zupa pomidorowa z ryżem, **zabielana**  **/seler, mleko/** /250/  Pieczeń drobiowa /70/ w **sosie** **/gluten/**  Kasza jaglana /100/  Surówka z kapusty pekińskiej, koperek, kukurydza, rzodkiewka /80/  Kompot /200/  500 | **Barszcz**  /250/  **/seler/,**  Zapiekanka ziemniaczana z mięsem , **wędliną, jajem,** warzywami, **serem żółtym**  **/gorczyca seler/** /200/  kompot /200/  jabłko  510 | **krupnik**  **/seler /** /250/  Kotlet mielony /150/  **Ziemniaki /150/**  Surówka z kiszonej kapusty z marchewką, koperkiem /70/  kompot owocowy /200/  520 | Zupaz soczewicy z grzankami /250/ /**gluten, seler**/  **Kotlety z ryby** **/gluten, jajo/**  **/**70/,  ziemniaki /150/  sałata z sosem **jogurtowym** /70/,  kompot owocowy /200/  500 |
| **Podwieczorek** | Banan, **mleko** | **Weki, masło**, sałata, **szynka,** ogórek zielony,  Kakao z **mlekiem** | **Kasza manna na mleku,** mandarynka | jabłko zapiekane z konfiturą owocową,  **biszkoptem**  **/mleko, gluten jajo/** | **Serek** własnej roboty z owocami, paluch kukurydziany |

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