Jadłospis przedszkolny

25.03-29.03.2024

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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/, miód  herbata z cytryną /250/ | **Chleb biały, graham /gluten, masło/**  **Kiełbaski** **/gorczyca/** na ciepło /70/  Herbata z cytryną /250/,  **mleko** /150/  melon | **Chleb biały, graham /gluten/ masło,**  Pasta z pieczonych marchewek, rzodkiewka, cebulka zielona /50/  herbata rumiankowa /250/  **kawa zbożowa** **mleko /gluten/** /150/ | **Chleb biały, graham /gluten /**  **masło , jajo,** ogórek kiszony, rzodkiewka cebulka zielona, /50/ dżem  Herbata owocowa /250/, **mleko**/150/ |
| **Obiad**  **kcal** | **Zupa jarzynowa zabielana /gluten, seler**/ z ziemniakami  /250/  **Pierogi leniwe /jajo, gluten/ z serem, masłem,** cukrem /250/  Surówka z marchewki , jabłka /60/  Kompot /200/  540 | Zupa ryżowa  **/seler, /** /250/  **Nuggetsy z kurczaka** /70/ **/gluten, jajo/**  ziemniaki /150/  /70/  Surówka z ogórka kiszonego, marchewki /70/  Kompot /200/    520 | **Zupa szpinakowa z ryżem**  /250/ **/seler/**  **Kotlety z ryby** **/gluten, jajo/**  **/**70/,  ziemniaki /150/  sałata z sosem **jogurtowym**  kompot-. owocowy /200  510 | Zupa z pomidorowa **makaronem**, **zabielana** /**mleko, gluten,jajo,seler/**  /250/  **Gulasz wieprzowy /gluten/**  **Kasza**  surówka z kapusty kiszonej z marchewką /60/, kompot owocowy /200/  520 | Zupaz zielonego groszku z **grzankami** /250/ /**gluten, seler**/  **Kopytka z masłem** **/gluten,jajo/** /250/  Surówka z marchewki, jabłka/70/  510 |
| **Podwieczorek** | Kisiel truskawkowy, **ciastko /gluten, mleko, jajo/** | **Weki, masło,**  **/gluten/, szynka, /gorczyca/**  Sałata, ogórek zielony | **Mleko,** mandarynka,  wafla ryżowa | **Serek**, paluch kukurydziany | Banan, **mleko** |

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