Jadłospis przedszkolny

20.01-24.01.2025

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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/lub napój ryżowy /150/ | **Chleb biały, graham /gluten/ masło, ser ,** sałata, pomidor, rzodkiewka /30/, miódherbata owocowa /250/zupa **mleczna** z ryżem lub mlekiem sojowym /180/ | **Chleb biały, graham masło /gluten/** Kiełbaski na ciepło, keczup Herbata owocowa/250/,**Mleko** /150/ lub napój sojowy /150/melon | **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 lub napój ryżowy /150/ |
| **Obiad****kcal** | **Kapuśniak z kapusty kiszonej z ziemniakami****/seler/** /250/**Naleśniki z serem, dżemem /mleko, jajo, gluten/ /200/**MandarynkaKompot /200/500  | **Zupa pomidorowa z makaronem, zabielana /mleko, gluten, seler/****/250/** Gulasz wieprzowy /70/ Kasza jaglana /100/Buraki z jabłkiem /70/ kompot /200/520  | **Zupa pieczarkowa z ziemniakami****/ seler, gluten/****/250/****Spaghetti z** mięsem, sosem pomidorowym, **serem /250/****/gluten, ser/**Marchewka do chrupania Kompot /200/510 | **Rosół z makaronem**  /250/ /**seler/****Kotlet** drobiowy**/jajo ,gluten/** /70/ Ziemniaki /150/ Marchewka z groszkiem, zagęszczana **/masło, gluten/** /80/kompot/200/490 | **Zupa krem fasolowa z groszkiem ptysiowym****/gluten, seler/** /250/Kotlety z **ryby** /70/**dorsz, jajo, gluten** 70/Ziemniaki /150/, Sałata z sosem **jogurtowo-**koperkowym /70/Kompot /200/520 |
| **Podwieczorek** | **Kisiel truskawkowy, rogal ½****/gluten, mleko/** | **Serek /120/** | Banan, **mleko, ciastko/gluten, jajo, mleko/** | Gruszka zapiekana, z **czekoladą** /**mleko/,** migdałami | mus owocowypaluch kukurydziany |

**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.**