Jadłospis przedszkolny

06.10-10.10.2025

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Posiłek** | **Poniedziałek** | **Wtorek** | **Środa** | **Czwartek** | **Piątek** |
| **Śniadanie**  **kcal** | **Chleb biały, graham masło /mąka-gluten/**  **Kiełbaski /gorczyca/** na ciepło /70/, keczup / **seler**/  Herbata owocowa/250/,  **Kakao z mlekiem** /150/  jabłko | **Chleb biały, graham /mąka-gluten/ masło, ser ,** sałata, pomidorki /30/,  miód  herbata owocowa /250/ | **Chleb biały, graham /mąka-gluten/, masło,** **szynka /gorczyca/**, sałata, pomidor, cebulka zielona /30/ ,  Herbata z cytryną /250/, kakao z **mlekiem**/150/ | **Chleb biały, graham /mąka-gluten/**  **Masło,**  **Twaróg**, rzodkiewka, ogórek zielony /30/  herbata z owocowa /250/ | **Pieczywo mieszane /gluten, masło/** pasta z **jaj**, cebulka zielona,  Herbata z cytryną /250/  **Kawa zbożowa**  /**pszenica,**  **jęczmień,**  **żyto/ z mlekiem** /150/ |
| **Obiad**  **kcal** | **Zupa pomidorowa z makaronem /seler, gluten, jajo/** /250/  **Naleśniki /gluten, mleko, jajo/ z serem,** dżemem /200/ ,  jabłko /50/  kompot /200/  510 | **krupnik** /250/ **gluten/, seler**  **kotlet drobiowy** /70/  /jajo, gluten/  Ziemniaki /150/  Surówka z ogórka kiszonego z marchewką  /70/  500 | **Barszcz z ziemniakami /gluten, seler/** /250/  Risotto z mięsem drobiowym, warzywami /250/,  Marchewka do chrupania /60/  kompot /200/  480 | Zupa ziemniaczana  **/seler /** /250/  Filet z indyka pieczeń /70/  **Kasza jaglana**  /100/ Marchewka z groszkiem  **/gluten, masło**/  kompot /200/  480 | **Zupa z zielonego groszku z grzankami**  **/seler, gluten/** /250/  Kotlety z **ryby** /**jajo, dorsz, gluten/**  70/  Ziemniaki /150/,  Mizeria z ogórków, **jogurtu,** koperek /60/  Kompot /200/  500 |
| **Podwieczorek** | Płatki owsiane na **mleku**, śliwka | Budyń na **mleku,**  Jabłko 1/2 | Jabłko zapiekane z konfiturą i kapelusikiem **biszkoptowym**  **/jajo, gluten, mleko/** | Koktajl truskawkowo**-jogurtowy ,**  Paluch kukurydziany | **Sezamki**, woda z cytryną |

**Podstawą zup są wywary mięsne (udka z kurczaka, indyka, żeberko wieprzowe) oraz świeże warzywa (marchew, seler, pietruszka, por). Zastrzegamy sobie prawo do modyfikacji jadłospisów.Placówka zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.**