Jadłospis przedszkolny

31.03-04.04.2025

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Posiłek** | **Poniedziałek** | **Wtorek** | **Środa** | **Czwartek** | **Piątek** |
| **Śniadanie****kcal** | **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, ser ,** sałata, pomidorki /30/,miódherbata owocowa /250/ | **Chleb biały, graham masło /mąka-gluten/** **Pieczeń drobiowa /wyrób własny/** /30/, sałata, szczypior , pomidor, ogórek zielony Herbata owocowa/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 grochowa z ziemniakami** /**seler/** /250/**Makaron z masłem, serem,** cukrem /**gluten, jaja**/ /250/Surówka z marchewki, jabłka/70/Kompot /200/480 | Zupa pieczarkowa z **makaronem****/seler, gluten /** /250/Filet z indyka pieczeń /70/**Kasza jęczmienna** /150/ /**gluten/**Sałata z sosem jogurtowo-koperkowym**/gluten, masło/** /70/kompot /200/490 | **Zupa szpinakowa z ziemniakami /seler/** /250/Spaghetti z mięsem , sosem pomidorowym, serem, pietruszką zieloną /250/, Marchewka do chrupania /60/kompot /200/480 | **Zupa grysikowa**  /250/ **/gluten, seler/****gulasz wieprzowy** /150/ makaron pełnoziarnisty/100/ Buraki z chrzanem/70/kompot/200/500 | **kapuśniak z kapusty kiszonej z ziemniakami****/seler,gluten/** /250/Kotlety z **ryby** /**jajo, dorsz, gluten /**70/Ziemniaki /150/, Fasolka szparagowa z **masłem**  /60/Kompot /200/510 |
| **Podwieczorek** | **rogal ½** **/mleko, gluten/, masło, miód**Kakao z **mlekiem /150/** | Gruszka zapiekana, z kroplą **czekolady,** **mleko/**płatkami migdałów | Koktajl **jogurtowo-**truskawkowy, paluch kukurydziany | **Serek,** banan 1/2 | mus owocowy |

**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.**