Jadłospis przedszkolny

23.06 – 27.06.2025

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Posiłek** | **Poniedziałek** | **Wtorek** | **Środa** | **Czwartek** | **Piątek** |
| **Śniadanie**  **kcal** | **Pieczywo mieszane /gluten/, masło,** **jaja,**  sałata, pomidor, cebulka zielona /30/ ,  Herbata z cytryną /250/, kakao z **mlekiem**/150/ | **Pieczywo mieszane**  **/gluten/ masło, ser ,** sałata, pomidorki /30/,  miód  herbata owocowa /250/ | **Pieczywo mieszane /gluten/,**  **Kiełbaski /gorczyca/** na ciepło /70/, keczup /**gorczyca, seler**/  Herbata owocowa/250/,  **Kakao z mlekiem** /150/  jabłko | **Chleb biały, graham /mąka-gluten/**  **Masło,**  **Twaróg**, rzodkiewka, ogórek zielony /30/  herbata z owocowa /250/ | **masło** pasta z **makreli,** cebulka zielona,  Herbata z cytryną /250/  **Kawa zbożowa**  /**pszenica,**  **jęczmień,**  **żyto/ z mlekiem** /150/ |
| **Obiad**  **kcal** | **Zupa ogórkowa z ryżem /seler, gluten, jajo/** /250/  **Naleśniki /gluten, mleko, jajo/ z serem,** dżemem /200/ ,  mandarynka  kompot /200/  490 | Zupa pomidorowa **z makaronem**  **/ seler/**  potrawka z kurczaka /70/  **Kasza jęczmienna**  /150/ /**gluten/**  Surówka z kapusty kiszonej z marchewką  /70/  kompot /200/  500 | Zupa kalafiorowa z koperkiem, ziemniakami  **/seler /** /250  /250/  Risotto z mięsem drobiowym, warzywami /250/,  Marchewka do chrupania /60/  kompot /200/  490 | **Zupa szpinakowa z ryżem** /250/ **/gluten, seler/**  **Kotlet mielony wieprzowy** /150/  Ziemniaki /150/  Marchewka z groszkiem  **/gluten, masło**/  kompot/200/  510 | **Zupa z zielonego groszku z grzankami**  **/seler, gluten/** /250/  **Racuchy** z jabłkiem, przyprószone cukrem pudrem /200//**gluten, jajo, mleko/**  Kompot /200/  500 |
| **Podwieczorek** | Płatki owsiane z **mlekiem** /180/  melon | Arbuz, **ciastko**  **/mleko,jajo, gluten/** | **Weki, masło, ser**, sałata, kakao z **mlekiem** lub herbata owocowa | Galaretka, banan | **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.**