Jadłospis przedszkolny

01.09-05.09.2025

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Posiłek** | **Poniedziałek** | **Wtorek** | **Środa** | **Czwartek** | **Piątek** |
| **Śniadanie** | **Chleb biały, graham /gluten/ masło, jajo, szynka,****/gorczyca, seler/** sałata, pomidor, szczypior, ogórek zielony /30/ Herbata z cytryną /250/Kakao z **mlekiem** **/**150/ | **Chleb biały, graham****/gluten/,masło, ser, jajo** /40/sałata, pomidor, ogórek zielony /30/, dżem herbata owocowa /250/ | **Chleb biały, graham /gluten/ masło,** **Kiełbaski na ciepło/gorczyca/**/70/, herbata z cytryną /250/, keczup, jablko**kawa zbożowa**/**gluten/ na mleku /**150/ | **Chleb biały, graham,** **/gluten/****masło, twaróg,** pomidor, ogórek zielony, szczypior /30/, miódherbata owocowa z cytryną /200/ | **Chleb biały, graham /gluten/** **masło** , pasta z **makreli, jajo** cebulka zielona, rzodkiewka /30/Herbata z cytryną /250/**kawa zbożowa /gluten/** na **mleku**150/ |
| **Obiad****kcal** | **Zupa pomidorowa z ryżem, zabielana** /**seler/** /250/**Makaron z masłem, serem,** cukrem /**gluten, jaja**/ /250/Surówka z marchewki, jabłka/70/Kompot /200/480 | **Zupa szpinakowa z ziemniakami zabielana****/gluten mleko, seler**/ /250/**Kotlet mielony z łopatki /70/ /gluten, jajo/** marchewka z groszkiem zasmażana /**gluten,** **masło/**kompot /200/500 | **Krupnik z ziemniakami /seler/** /250/**Łazanki z kapusty kiszonej, mięsa, wędliny** /250/ **/gluten, jajo, gorczyca/**Marchewka do chrupania kompot /200/500 | **Rosół z makaronem****/seler,gluten,jajo**/250/ **Pieczeń z indyka w sosie /gluten/** /150/ziemniaki /100/surówka z białej kapusty z koperkiem, marchewką /70/kompot /200/510 | **Zupa z zielonego groszku z ziemniakami****/seler/** /250/Koktajl **jogurtowo**-truskawkowy /150/Ryż /100/Kompot /200/470 |
| **Podwieczorek** | banan | Płatki owsiane na **mleku,** jabłko | Galaretka, banan, wafla ryżowa | arbuz | **Sezamki,** woda |

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