Jadłospis przedszkolny

08.09-12.09.2025

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Posiłek** | **Poniedziałek** | **Wtorek** | **Środa** | **Czwartek** | **Piątek** |
| **Śniadanie**  **kcal** | **Chleb biały, graham /gluten/, masło,** **szynka /gorczyca/**, sałata, pomidor, cebulka zielona /30/ ,  Herbata z cytryną /250/, kakao z **mlekiem**/150/ | **Chleb biały, graham / gluten/ masło, ser ,** sałata, pomidorki /30/,  miód  herbata owocowa /250/ | **Chleb biały, graham masło / gluten/**  **Kiełbaski /gorczyca/** na ciepło /70/, keczup / **seler**/  Herbata owocowa/250/,  Kakao z **mlekiem** /150/ | **Chleb biały, graham gluten/**  **Masło,**  **Twaróg**, pomidor, ogórek zielony, 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 ziemniaczana zabielana /250/ /**mleko, jajo seler, gluten /**  **Naleśniki /gluten, mleko, jajo/ z serem,** dżemem /200/ ,  śliwka /50/  kompot /200/  520 | Zupa kalafiorowa z koperkiem, ziemniakami  **/seler /** /250/  Filet z indyka pieczeń /70/  **Kasza bulgur**  /150/ /**gluten/**  Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzy, marchewki z sosem koperkowym  /70/  kompot /200/  500 | **Zupa ze świeżych, wygrzanych słońcem pomidorów z makaronem/250/**  **/seler, gluten, jajo/** /70/  /250/  Risotto z mięsem drobiowym, warzywami /250/,  kompot /200/  arbuz  510 | **Rosół z makaronem**  /250/ **/gluten, jajaoseler/**  **Kotlet drobiowy panierowany /gluten, jajo/** /70/  Ziemniaki /150/  Buraki z jabłkiem /60/  kompot/200/  520 | **Kapuśniak z białej kapusty**  **/ seler** /250/  Kotlety z **ryby** /**dorsz,** **jajo, gluten/**  70/  Ziemniaki /150/,  Mizeria z ogórków, **jogurtu,** koperek /60/  Kompot /200/  500 |
| **Podwieczorek** | Banan , woda z cytryna | **Weki, masło, ser,** sałata, ogórek zielony**,**  Kakao z **mlekiem /**150/ | **Kasza manna na mleku** /**gluten/ /**180/ jabłko | **Mleko** /150 **babka** **/gluten, jaja, mleko/** | Mus owocowy, paluch 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.**