

Jadłospis przedszkole

Czwartek

2024-05-02

<i>śniadanie</i>	Chleb mieszany35g(1)masło5g(7)pasta hummus z suszonymi pomidorami20g(7)papryka20g,kawa zbożowa150ml(1,7)herbata150ml.
	II śniadanie: jabłko60g
<i>Obiad II danie</i>	Sznycel wegański60g,ziemniaki100g,szpinak60g,kompot150ml.
<i>Zupa</i>	Zupa jarzynowa z zacierkami200ml
<i>podwieczorek</i>	Musy Kubuś 100ml,chrupki kukurydziane.

Poniedziałek

2024-05-06

<i>śniadanie</i>	Płatki orkiszowe20g(1)mleko200ml(7)chleb mieszany35g(1)masło5g(7)pasztet drobiowy30g,sałata5g,pomidor20g,herbata owocowa150ml.
	II śniadanie: pomarańcz60g
<i>Obiad II danie</i>	Kotlety jajeczne 60g(1,3)ziemniaki100g,koperek,szpinak60g,kompot150ml.
<i>Zupa</i>	Zupa cytrynowa200ml.
<i>podwieczorek</i>	Pizza wł.wyrobu 40g(1,3,7)herbata 150ml,owoc.

Wtorek

2024-05-07

<i>śniadanie</i>	Chleb mieszany35g(1)masło5g(7)pasta z tuńczyka i jajka30g(3,4)ogórek kiszony20g,bawarka150ml(7).
	II śniadanie: sok jednodniowy150ml
<i>Obiad II danie</i>	Schab w sosie własnym100g,kasza kuskus40g,fasolka szparagowa60g,kompot150ml.
<i>Zupa</i>	Barszcz ukraiński z ziemniakami200ml.
<i>podwieczorek</i>	Kefir naturalny150ml(7)bułka25g(1)masło5g(7)owoc.

Środa**2024-05-08**

<i>śniadanie</i>	Płatki ryżowe20g(1)mleko200ml(7)chleb mieszany35g(1)masło5g(7)szynka20g,sałata5g,papryka20g,herbata owocowa150ml.
<i>Obiad II danie</i>	II śniadanie: mandarynka60g Zapiekanka gryczana z mięsem i warzywami200g,paski ogórka świeżego20g,kompot150ml.
<i>Zupa</i>	Kapuśniak z ziemniakami200ml.
<i>podwieczorek</i>	Placki z jabłkiem40g(1,7)herbata150ml.

Czwartek**2024-05-09**

<i>śniadanie</i>	Chleb mieszany35g(1)masło5g(7)twarożek ze szczypiorkiem30g(7)kawa zbożowa150ml(1,7)herbata z cytryną150ml.
<i>Obiad II danie</i>	II śniadanie: gruszka60g Bioderka pieczone w ziołach70g,ziemniaki100g,sałata ze śmietaną60g,kompot150ml.
<i>Zupa</i>	Zupa marchewkowa z grzankami200ml.
<i>podwieczorek</i>	Koktail malinowy150ml(7)herbatniki6g.

Piątek**2024-05-10**

<i>śniadanie</i>	Makaron20g(1)mleko200ml(7)parówki na ciepło30g,chleb mieszany35g(1)masło5g(7)pomidor20g,herbata owocowa150ml.
<i>Obiad II danie</i>	II śniadanie: arbuz60g Filet z białych ryb60g(1,3,4)ryż40g,surówka z kapusty kiszonej60g,kompot150ml.
<i>Zupa</i>	Zupa jarzynowa z ziemniakami200ml.
<i>podwieczorek</i>	Ciasto Murzynek wł.wyrobu40g(1,3,7)mleko150ml(7)owoc.

Poniedziałek**2024-05-13**

<i>śniadanie</i>	Kasza manna20g(1)mleko200ml(7)chleb mieszany35g(1)masło5g(7)schab pieczony20g,sałata5g,papryka20g,herbata owocowa150ml.
<i>Obiad II danie</i>	II śniadanie:banan60g Naleśniki z serem i śmietaną200g(1,3,7)surówka z marchwi i jabłka60g,kompot150ml.
<i>Zupa</i>	Zupa ogórkowa z ziemniakami200ml.
<i>podwieczorek</i>	Kisiel wiśniowy150ml,biszkopty.

Wtorek**2024-05-14**

<i>śniadanie</i>	Grahamka35g(1)masło5g(7)pasta z fasoli30g,rzodkiewka20g,kawa zbożowa150ml(1,7)herbata z cytryną150ml.
<i>Obiad II danie</i>	II śniadanie: sok jednodniowy150ml Zapiékanka ziemniaczana z kielbasą,papryką,cebulą w sosie śmietanowo-pomidorowym200g,kawałki kalarepy20g,kompot150ml.
<i>Zupa</i>	Zupa pieczarkowa z kaszą pęczak200ml.
<i>podwieczorek</i>	Budyń waniliowy150m(7)crispy owocowe18g.

Środa**2024-05-15**

<i>śniadanie</i>	Płatki jęczmienne20g(1)mleko200ml(7)ser mozzarella20g,pomidor20g,kawa zbożowa150ml(1,7)herbata owocowa150ml.
<i>Obiad II danie</i>	II śniadanie:jabłko60g Kurczak w sosie słodko-kwaśnym200g(kurczak,ryż,ananas,pieczarki,papryka,kon.pomid) kompot150ml.
<i>Zupa</i>	Biały barszcz z ziemniakami200ml.
<i>podwieczorek</i>	Talerz owoców sezonowych,ciasteczka zbożowe.

Czwartek**2024-05-16**

<i>śniadanie</i>	Chleb mieszany35g(1)masło5g(7)pasta z łososia i jajka30g(3,4)ogórek kiszony20g,kawa zbożowa150ml(1,7)herbata z cytryną150ml.
<i>Obiad II danie</i>	II śniadanie: mandarynka60g Gulasz wieprzowy100g,makaron40g,bukiet warzyw60g,kompot150ml.
<i>Zupa</i>	Krupnik z kaszą jęczmienną i ziemniakami200ml.
<i>podwieczorek</i>	Jabłko pod kruszonką40g,herbata.

Piątek**2024-05-17**

<i>śniadanie</i>	Lane kluski20g(1)mleko200ml(7)chleb mieszany35g(1)masło5g(7)krakowska20g,sałata5g,ogórek świeży20g,herbata z cytryną150ml.
<i>Obiad II danie</i>	II śniadanie: arbuz60g Panierowany filet z mintaja70g,ziemniaki100g,surówka kapusty pekińskiej60g,kompot150ml.
<i>Zupa</i>	Zupa zacierkowa200ml.
<i>podwieczorek</i>	Chałka35g(1)masło5g(7)mleko150ml,owoc.