

Jadłospis przedszkole

Poniedziałek

2024-12-09

<i>śniadanie</i>	Płatki ryżowe 20g, mleko 200ml(7) chleb mieszany 35g(1) masło 5g(7) szynka drobiowa 20g, sałata 5g, pomidor 20g, herbata z cytryną 150ml.
<i>Obiad II danie</i>	II śniadanie: banan 60g Naleśniki z serem i polewą truskawkową 180g(1,3,7) surówka z pora i marchwi 60g, kompot 150ml.
<i>Zupa</i>	Zupa fasolowa z ziemniakami 200ml(9)
<i>podwieczorek</i>	Musli z jogurtem 150ml(1,7) owoc.

Wtorek

2024-12-10

<i>śniadanie</i>	Kajzerka 35g(1) masło 5g(7) twarożek na słodko 30g(7) kakao 150ml(1,7) herbata owocowa 150ml.
<i>Obiad II danie</i>	II śniadanie: sok jednodniowy 150ml Pieczeń rzymska 60g(1,3) z sosem pieczarkowym, ziemniaki 100g, marchewka z groszkiem 60g, kompot 150ml.
<i>Zupa</i>	Zupa neapolitańska 200ml
<i>podwieczorek</i>	Ryż gotowany na mleku ze śmietaną i cynamonem 150ml(7) herbata 150ml.

Środa

2024-12-11

<i>śniadanie</i>	Płatki kukurydziane 20g, mleko 200ml(7) chleb mieszany 35g(1) masło 5g(7) ser żółty 20g(7) sałata 5g, rzodkiewka 20g, herbata z cytryną 150ml.
<i>Obiad II danie</i>	II śniadanie: jabłko 60g Gulasz z wołowy 180g, kasza jęczmienna 40g, fasolka szparagowa 60g, kompot 150ml.
<i>Zupa</i>	Kartoflanka 200ml.
<i>podwieczorek</i>	Pizza wł.wyrobu 40g(1,3,7) herbata 150ml, owoc.

Czwartek

2024-12-12

<i>śniadanie</i>	Chleb mieszany35g(1)masło5g(7)pasta z łososia i jajek30g(3,4)ogórek kiszony20g,bawarka150ml(1,7).
<i>Obiad II danie</i>	II śniadanie: melon60g Kolorowy kociołek(pierś z kurczaka,ryż,cukinia,pieczarka,fasolka szpar.konc.pomid) marchewka do chrupania 20g,kompot150ml.
<i>Zupa</i>	Żurek z ziemniakami200ml.
<i>podwieczorek</i>	Musy Kubuś100g,wafle ryżowe.

Piątek

2024-12-13

<i>śniadanie</i>	Kasza manna20g(1)mleko200ml(7)chleb mieszany35g(1)masło5g(7)pasztet drobiowy30g,sałata5g,ogórek świeży20g,herbata owocowa150ml.
<i>Obiad II danie</i>	II śniadanie: pomarańcz60g Pulpety rybne60g w sosie koperkowym,ziemniaki100g,surówka z kapusty kiszonej60g,kompot150ml.
<i>Zupa</i>	Zupa dyniowa z grzankami200ml.
<i>podwieczorek</i>	Ciasto Zebra wł.wyrobu40g(1,3,7)mleko150ml(7)owoc.

Poniedziałek

2024-12-16

<i>śniadanie</i>	Płatki orkiszowe20g(1)mleko200ml(7)chleb mieszany35g(1) masło5g(7)schab pieczony20g,sałata5g,pomidor20g,herbata owocowa150ml.
<i>Obiad II danie</i>	II śniadanie: winogrona60g Makaron Carbonara180g(1,3,7)kawałki marchewki20g,kompot150ml.
<i>Zupa</i>	Zupa ogórkowa z ziemniakami200ml.
<i>podwieczorek</i>	Gofry wł.wyrobu40g(1,3,7)kefir150ml,owoc.

Wtorek

2024-12-17

<i>śniadanie</i>	Kanapka na ciepło(bułka,ser żółty,papryka,ketchup wł.wyrobu)kawa zbożowa150m(1,7)herbata z cytryną150ml.
<i>Obiad II danie</i>	II śniadanie: sok jednodniowy150ml Kotlety pożarskie z kurczaka60g(1,3)ziemniaki100g,surówka z kapusty pekińskiej60g,kompot150ml.
<i>Zupa</i>	Kalafiorowa z kaszą manną200ml.
<i>podwieczorek</i>	Budyń waniliowy150ml(7)crispy owocowe.

Środa

2024-12-18

<i>śniadanie</i>	Płatki jaglane20g,mleko200ml(7)chleb mieszany35g(1)masło5g(7)jajko na twardo25g,rzodkiewka20g,herbata z cytryną150ml.
<i>Obiad II danie</i>	II śniadanie: gruszka60g Klopsiki wieprzowe w sosie pieczarkowym60g,kasza bulgur40g,fasolka szparagowa60g,kompot150ml.
<i>Zupa</i>	Barszcz czerwony z ziemniakami200ml.
<i>podwieczorek</i>	Drożdżówka 40g,mleko150ml,owoc.

Czwartek

2024-12-19

<i>śniadanie</i>	Grahamka35g(1)masło5g(7)twarożek ze szczypiorkiem30g(7)bawarka150ml,herbata z cytryną 150ml.
<i>Obiad II danie</i>	II śniadanie: mandarynka60g Farsz mięsno-warzywny100g,ziemniaki100g,mizeria 60g,kompot150ml.
<i>Zupa</i>	Rosół z lanymi kluskami200ml.
<i>podwieczorek</i>	Galaretka owocowa 40g,biskopity.

Piątek

2024-12-20

<i>śniadanie</i>	Ryż20g,mleko200ml(7)chleb mieszany35g(1)masło5g(7)szynka20g,sałata5g,papryka20g,herbata owocowa150ml.
<i>Obiad II danie</i>	II śniadanie: jabłko60g Mintaj w chrupiącej panierce60g,ziemniaki100g,surówka z kalarepy,marchwi60g,kompot150ml.
<i>Zupa</i>	Zupa pomidorowa z makaronem200ml.
<i>podwieczorek</i>	Bułka25g(1)masło5g(7)miód5g ,bawarka150ml.