

## Jadłospis przedszkole

Poniedziałek

18.12.2023

<i>śniadanie</i>	Bawarka 200ml (7), bagietka 40g (1) z masłem 5g (7), parówka z szynki na gorąco 50g (6), ogórek zielony krojony w talarki 20g, ketchup 30g, mandarynka 40g.
<i>obiad</i>	Barszcz czerwony zabieleny 220ml (1,7,9), kasza perłowa 150g (1), pieczeń wieprzowa w sosie własnym 70g (1), surówka z białej kapusty 50g, kompot 200ml.
<i>podwieczorek</i>	Budyń jaglany z wiśnią 200ml (7), chrupki kukurydziane 15g, jabłko 60g.

Wtorek

19.12.2023

<i>śniadanie</i>	Ryż na mleku 220ml (7), kanapka 35g (1) z masłem 5g (7), serem żółtym 20g (7) i pomidorem 10g, mandarynka 40g.
<i>obiad</i>	Zupa zacierkowa z natką na włoszczyźnie 220ml (1,9), ziemniaki 150g, kotlet schabowy panierowany z pieca 70g (1,3), mizeria ze śmietaną 100g (7), kompot 200ml.
<i>podwieczorek</i>	Herbata z cytryną 200ml, chleb żytni 35g (1) z pastą z ryby wędzonej i jaj 30g (3,4,10), jabłko 60g.

Środa

20.12.2023

<i>śniadanie</i>	Kawa Inka z mlekiem 200ml (1,7), grahamka 40g (1) z masłem 5g (7), pasztetem drobiowym 30g (3,6,9), ogórkiem kiszonym 10g, banan 40g.
<i>obiad</i>	Zupa "solferino" z groszkiem zielonym i pomidorami 220ml (7,9), naleśniki ze szpinakiem 150g (1,3,7), surówka z marchewki i jabłka 100g, kompot 200ml.
<i>podwieczorek</i>	Jogurt Bio Bakoma z owocami 140g (7), ciasteczka kruche zbożowe 50g (1,7,5,8)

Czwartek

21.12.2023

<i>śniadanie</i>	Płatki jaglane na mleku 220ml (7), pieczywo 35g (1) z masłem 5g (7), polędwicą sopocką 20g i ogórkiem zielonym 10g, marchewka surowa do chrupania 40g.
<i>obiad</i>	Kapuśniak z kiszonej kapusty z ziemniakami 220ml (9), spaghetti bezmięsne z soczewicą czerwoną 160g (1,9), posypane tartym serem żółtym 30g (7), surówka z pora i jabłka 100g (7), kompot 200ml.
<i>podwieczorek</i>	Soczek owocowy 200ml, kasza manna z konfiturą wiśniową 180g (1,7).

Piątek

22.12.2023

<i>śniadanie</i>	Kakao 200ml (1,7), chleb razowy 35g (1) z masłem 5g (7) i twarożkiem ze szczypiorkiem 30g (7), koktajl bananowo-malinowy 200ml (7),
<i>obiad</i>	Ryżanka na włoszczyźnie z koperkiem 220ml (9), ziemniaki 150g, filet rybny panierowany z pieca 60g (1,3), surówka z kiszonej kapusty z oliwą 100g, kompot 200ml.
<i>podwieczorek</i>	Napój wiśniowy 200ml, bułka firmowa 35g (1) z hummusem 20g i papryką 10g, jabłko 60g.