

Jadłospis przedszkole

Poniedziałek

12.02.2024

- śniadanie* Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (1,7), chleb żytni 35g (1) z masłem 5g (7), suchą krakowską 20g i pomidorem 10g, sałatka owocowa 180g.
- obiad* Zupa jarzynowa z koperkiem 220ml (1,7,9), pierogi z jagodami 200g (1), polane śmietanką z cukrem waniliowym 50g (7), kompot 200ml.
- podwieczorek* Herbata z cytryną 200ml, bagietka 40g (1) z pastą z ryby wędzonej i jaj 30g (3,4,10), papryka czerwona krojona w paski 20g.

Wtorek

13.02.2024

- śniadanie* Kasza jaglana na mleku 220ml (1,7), chleb razowy 35g (1) z masłem 5g (7), szynką drobiową 20g i ogórkiem kiszonym 10g, banan 40g.
- obiad* Barszcz czerwony zabieleny 220ml (1,7,9), kasza gryczana 150g, pieczeń wieprzowa w sosie własnym 70g (1), kapusta biała gotowana z pomidorami 100g (1,7), kompot 200ml.
- podwieczorek* Herbata owocowa 200ml, racuchy drożdżowe z cukrem - pudrem 100g (1,3,7), mandarynka 40g.

Środa

14.02.2024

- śniadanie* Kakao 200ml (1,7), grahamka 40g (1) z masłem 5g (7) i twarogiem ze szczypiorkiem 30g (7), sok pomarańczowy 200ml.
- obiad* Krupnik z warzywami i natką 220ml (1,7,9), krokiety z nadzieniem z mięsa wieprzowego i soczewicy czerwonej 200g (1,3,7), mizeria ze śmietaną 100g (7), kompot 200ml.
- podwieczorek* Budyń z konfiturą wiśniową 200ml (1,7), chałka 40g (1,7), jabłko 60g.

Czwartek

15.02.2024

- śniadanie* Zacierki na mleku 200ml (1,7), kanapka 35g (1) z masłem 5g (7), polędwicą sopocką 20g i ogórkiem kiszonym 10g, gruszka 60g.
- obiad* Zupa "solferino" z groszkiem zielonym i pomidorami 220ml (1,7,9), ryż zapiekany z jabłkiem 180g, serem białym 50g (7) i jogurtem naturalnym 50g (7), kompot 200ml.
- podwieczorek* Herbata zielona 200ml, grzanka z chleba tostowego z ziarnami 40g (1), kabanos drobiowy 30g, krojone warzywa: ogórek zielony 20g i pomidorki koktajlowe 20g.

Piątek

16.02.2024

- śniadanie* Kawa Inka z mlekiem 200ml (1,7), chleb pszenny 40g (1) z masłem 5g (7), sałatą 5g, serem żółtym 20g (7) i pomidorem 10g, banan 40g.
- obiad* Zupa-krem z dyni, z dodatkiem pomarańczy 220ml (7,9), ziemniaki 150g, kotlet mielony z ryby 60g (1,3,4,7), surówka z kiszonej kapusty z oliwą 100g, kompot 200ml.
- podwieczorek* Lemoniada z wiśnią 200ml, ciasto marchewkowe z cynamonem 80g (1,3,7), jabłko 60g.