

Jadłospis przedszkole

Poniedziałek

26.02.2024

- śniadanie* Kakao 200ml (1,7), chleb żytni 35g (1) z masłem 5g (7), serkiem Almette z ziołami 30g (7) i papryką 10g, banan 40g.
- obiad* Krupnik z warzywami i natką 220ml (1,7,9), ziemniaki 150g, kotlet mielony 60g (1,3), kapusta biała gotowana z pomidorami 100g, kompot 200ml.
- podwieczorek* Herbata owocowa 200ml, sałatka wieloskładnikowa z sosem jogurtowo-majonezowym 200g (7,10): ryż, ananas, filet z indyka wędzony, kukurydza; jabłko 60g.

Wtorek

27.02.2024

- śniadanie* Kasza jaglana na mleku 220ml (7), kanapka 35g (1) z masłem 5g (7), serem żółtym 20g (7) i pomidorem 10g, mandarynka 40g.
- obiad* Barszcz ukraiński 220ml (1,7,9), kluski leniwe z serem białym 200g (1,3,7), oprószone zrumienioną bułeczką na maśle 10g (1,7), kompot 200ml.
- podwieczorek* Herbata miętowa 200ml, chlebek bananowy 100g (1,3,7), gruszka 60g.

Środa

28.02.2024

- śniadanie* Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (1,7), grahamka 40g (1) z masłem 5g (7), sałatą 5g, szynką 20g i pomidorem 10g, jogurt Bio Bakoma z owocami 140g (7).
- obiad* Zupa grochowa 220ml (9), kasza kuskus z warzywami 200g (1), filet z kurczaka opiekany 60g, mizeria ze śmietaną 100g (7), kompot 200ml.
- podwieczorek* Herbata z cytryną 200ml, kanapka 35g (1) z pastą z ryby wędzonej (Makrela) i sera białego 30g (4,7,10), jabłko 60g.

Czwartek

29.02.2024

- śniadanie* Płatki jęczmienne na mleku 220ml (1,7), chleb razowy 35g (1) z masłem 5g (7) i pastą jajeczną ze szczypiorkiem 30g (3,10), marchewka surowa do chrupania 40g.
- obiad* Zupa ogórkowa zabieleną 220ml (1,7,9), makaron z serem i polewą truskawkową 200g (1,7), kompot 200ml.
- podwieczorek* Sok gruszkowo-wiśniowy 200ml, owsianka na wodzie z owocami i masłem orzechowym 180g (1,5).

Piątek

01.03.2024

- śniadanie* Kakao 200ml (1,7), chleb żytni 35g (1) z masłem 5g (7), suchą krakowską 20g i pomidorem 10g, gruszka 60g.
- obiad* Ryżanka na włoszczyźnie z koperkiem, ziemniaki, filet z ryby panierowany z pieca (Miruna), surówka z kiszanej kapusty z oliwą, kompot.
- podwieczorek* Napój z miodem i cytryną 200ml, ciasto jogurtowe z wiśnią 100g (1,3,7), jabłko 60g.