

Jadłospis przedszkole

Poniedziałek

08.04.2024

- śniadanie* Kakao 200ml (1,7), chleb razowy 35g (1) z masłem 5g (7) i pastą jajeczną ze szczypiorkiem 30g (3,10), sok pomarańczowy 200ml.
- obiad* Biały barszcz z makaronem 220ml (1,7,9), ziemniaki 150g, kotlet mielony 60g (1,3), marchewka z groszkiem gotowana 100g (7), kompot 200ml.
- podwieczorek* Herbata owocowa 200ml, chałka 40g (1,7) z masłem 5g (7) i dżemem niskosłodzonym 20g, jabłko 60g.

Wtorek

09.04.2024

- śniadanie* Zacierki na mleku 220ml (1,7), kajzerka 40g (1) z serkiem homogenizowanym waniliowym 30g (7), banan 40g.
- obiad* Kapuśniak z kiszanej kapusty 220ml (1,9), kasza jęczmienna 150g (1), udziec z indyka duszony w piecu 60g, buraczki zasmażane 100g, kompot 200ml.
- podwieczorek* Koktajl Shrek na wodzie (banan, szpinak, jabłko) 200ml, chrupki kukurydziane 40g.

Środa

10.04.2024

- śniadanie* Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (1,7), bagietka 40g (1) z masłem 5g (7), parówka z szynki na gorąco 50g (6), ogórek świeży krojony w kostkę 30g, ketchup 10g, kalarepka surowa do chrupania 40g.
- obiad* Barszcz czerwony zabieleny 220ml (1,7,9), kluski leniwe z serem białym 200g (1,3,7), oprószone bułką tartą zrumienioną na maśle 10g (1,7), surówka z marchewki i jabłka 100g, kompot 200ml.
- podwieczorek* Soczek owocowy 200ml, owsianka na wodzie z owocami i masłem orzechowym 150g (5).

Czwartek

11.04.2024

- śniadanie* Płatki jęczmienne na mleku 220ml (1,7), grahamka 40g (1) z masłem 5g (7), poledwicą drobiową 20g i ogórkiem kiszonym 10g, jogurt Bio Bakoma z owocami 140g (7).
- obiad* Zupa fasolowa z ziemniakami i majerankiem 220ml (9), spaghetti mięsno-warzywne 200g (1,9), posypane tartym serem żółtym 10g (7), mix sałat z sosem winegrett 50g (10), kompot 200ml.
- podwieczorek* Herbata miętowa 200ml, kasza manna 150g (1,7) z polewą truskawkową 50g, banan 40g.

Piątek

12.04.2024

- śniadanie* Kakao 200ml (1,7), kanapka 35g (1) z masłem 5g (7), sałatą 5g, suchą krakowską 20g i papryką 10g, gruszka 40g.
- obiad* Zupa jarzynowa z koperkiem 220ml (7,9), ziemniaki 150g, filet z ryby Miruna panierowany 70g (1,3,4), sałatka z pomidora i ogórka świeżego z dymką i oliwą 100g, kompot 200ml.
- podwieczorek* Herbata owocowa 200ml, sernik (wypiek własny) 150g (3,7), jabłko 60g.