

Jadłospis przedszkole

Poniedziałek

15.09.2025

<i>śniadanie</i>	Kakao 200ml (1,7), chleb żytni 35g (1) z masłem 5g (7), suchą krakowską 20g i pomidorem 10g, jabłko 60g.
<i>obiad</i>	Rosół z makaronem 220ml (1,9), ziemniaki 150g, mięso z rosółu zmielone z marchewką 70g, polane sosem koperkowym 50g (1,7), surówka z czerwonej kapusty z oliwą 100g, kompot 200ml.
<i>podwieczorek</i>	Budyń z konfiturą wiśniową 200ml (1,7), chałka 40g (1,7), surowa marchewka do chrupania 40g.

Wtorek

16.09.2025

<i>śniadanie</i>	Zacierki na mleku 220ml (1,7), bagietka 40g (1) z masłem 5g (7), pastą jajeczną ze szczypiorkiem 30g (3,10) i rzodkiewką 5g, gruszka 60g.
<i>obiad</i>	Zupa "solferino" z pomidorami i groszkiem zielonym zabieleną 220ml (1,7,9), kasza gryczana 150g, gulasz drobiowy w sosie z dodatkiem pora i pieczarek 70g (1,7), fasolka szparagowa gotowana na parze 100g, kompot 200ml.
<i>podwieczorek</i>	Herbata miętowa 200ml, ryż zapiekany z jabłkiem, serem białym i jogurtem naturalnym 200g (7).

Środa

17.09.2025

<i>śniadanie</i>	Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (1,7), kromka chleba balton 35g (1) z masłem 5g (7) i ogórkiem świeżym 10g, parówka z szynki na gorąco 50g (6), ketchup 15g (10), marchewka i kalarepka surowe do chrupania 60g.
<i>obiad</i>	Zupa fasolowa z warzywami 220ml (9), makaron świderki z serem białym 200g (1,7) i polewą truskawkową 50g, woda z cytryną 200ml.
<i>podwieczorek</i>	Soczek owocowy w kartoniku 200ml, owsianka na wodzie z owocami, masłem orzechowym i kleksem z jogurtu naturalnego 180g (1,5,7).

Czwartek

18.09.2025

<i>śniadanie</i>	Kasza manna na mleku 200ml (1,7), chleb razowy 35g (1) z masłem 5g (7), sałatą 2g, serem żółtym 20g (7) i papryką 10g, jabłko 60g.
<i>obiad</i>	Zupa ogórkowa zabieleną z koperkiem 220ml (1,7,9), ziemniaki 150g, kotlet schabowy panierowany z pieca 70g (1,3), kapusta biała gotowana z pomidorami 100g, kompot 200ml.
<i>podwieczorek</i>	Koktajl bananowo-malinowy na jogurcie 200ml (7), placek drożdżowy z brzoskwinia (wypiek własny) 100g (1,3,7).

Piątek

19.09.2025

<i>śniadanie</i>	Kakao 200ml (1,7), grahamka 40g (1) z masłem 5g (7), szynką drobiową 20g (6) i ogórkiem zielonym 10g, jogurt owocowy 150g (7),
<i>obiad</i>	Krupnik z warzywami i natką 220ml (1,7,9), zapiekanka z makaronem penne - pełne ziarno, z warzywami i łososiem 200g (1,4,7), mix sałat z sosem winegret 50g (10), kompot 200ml.
<i>podwieczorek</i>	Herbata czarna z miętą i cytryną 200ml, kajzerka 40g (1) z serkiem naturalnym Bieluch 20g i odrobiną cynamonu 1g, banan 40g.