



Jadłospis

Poniedziałek 02.07.2018

Śniadanie:	Płatki jaglane (17g) na mleku (160ml). Pieczywo mieszane (pszenno, razowe) (40g) z masłem (3g) polędwicą sopocką (20g) sałatą (20g) i kiełkami (2g). Herbata czarna z cytryną i miodem (160ml). ALERGENY:1, 7
Obiad:	Brukselkowa z natką i ziemniakami (200ml) Mięso drobiowe (65g) w sosie słodko-kwaśnym (papryka, ananas, marchew, seler, por, pietruszka, koncentrat pomidorowy) (55ml). Ryż (40g). Surówka z kapusty białej, ogórka zielonego, koperku z oliwą z oliwek (70g). Kompot owocowy (180ml) Cząstki melona ALERGENY:1, 7, 9
Podwieczorek	Bułka razowa (35g) z masłem (2g) serem żółtym (20g) rzodkiewką (15g) i szczypiorkiem (2g) Herbata miętowa z cytryną i miodem (160ml) Morela ALERGENY: 1,7

Wtorek 03.07.2018

Śniadanie:	Musli (17g) na mleku (160ml). Pieczywo mieszane (pszenno, razowe) (40g) z masłem (1g) pastą jajeczną (20g) papryka (20g) i szczypiorem (2g) Herbata czarna z cytryną i miodem (160ml) ALERGENY:1, 3, 7
Obiad:	Ryżanka z natką (200ml) Kotlet mielony wieprzowy (70g) Ziemniaki z koperkiem (200g). Sałata z jogurtem naturalnym (80g) Kompot owocowy (180ml) Borówki amerykańskie ALERGENY:1, 3, 7, 9
Podwieczorek	Bułka owsiana (35g) z masłem (5g) szynka (20g) pomidor (25g) Herbata rumiankowa z miodem (160ml) Jabłko ALERGENY: 1,7

Środa 04.07.2018

Śniadanie:	Kasza owsiana (17g) na mleku (160ml). Pieczywo mieszane (pszenno, razowe) (40g) z masłem (3g) kiełbasa krakowska (20g) ogórkiem małosolnym (20g) i szczypiorem (2g). Herbata czarna z cytryną i miodem (160ml) ALERGENY:1, 7
Obiad:	Fasolowa z natką i ziemniakami (200ml) Naleśniki z serem białym i musem truskawkowym (120g) Papryka do chrupania Kompot owocowy (180ml) Morela ALERGENY:1, 3, 7, 9
Podwieczorek	Bułka grahamka (35g) z masłem (5g) z pasztetem sojowym (20g) sałatą (15g) i kiełkami (2g) Herbata owocowa z miodem (160ml) Malina ALERGENY: 1,6,7

Czwartek 05.07.2018

Śniadanie:	Makaron gwiazdeczki (17g) na mleku (160ml) Pieczywo mieszane (pszenno, razowe) (40g) z masłem (1g) serem białym (40g) ogórkiem zielonym (20g) szczypiorkiem (2g). Herbata czarna z cytryną i miodem (160ml) ALERGENY:1, 7
Obiad:	Marchewkowa z natką i ziemniakami (200ml) Duszone polędwiczki wieprzowe (70g) w sosie serowym (40ml) Kasza gryczana (4g) Surówka z selera, marchewki, jabłka z jogurtem (80g) Kompot owocowy (180ml) Winogrona ALERGENY:1, 7, 9
Podwieczorek	Chąłka (10g) z masłem (5g) serek truskawkowy (120g) Herbata owocowa z miodem (160ml) Banan ALERGENY:1, 7

Piątek 06.07.2018

Śniadanie:	Płatki ryżowe (17g) na mleku (160ml). Pieczywo mieszane (pszenno, razowe) (40g) z masłem (1g) parówki z szynki (40g) z sosem pomidorowym (10g). Herbata czarna z cytryną i miodem (160ml). ALERGENY:1, 7
Obiad:	Pieczarkowa natką i makaronem (200ml) Ryba (80g) po grecku (50g). Ziemniaki z koperkiem (170g). Surówka z kapusty pekińskiej, papryką, ogórkiem, szczypiorem z oliwą (70g) Kompot owocowy (180ml). Cząstki arbuza ALERGENY:1,3,4,7,9
Podwieczorek	Wafle ryżowe (20g). Kasza manna na mleku (150ml) Śliwka ALERGENY: 1,7

Dzieci mają dostęp w ciągu całego dnia do wody źródlanej z dystrybutorów. Jadłospis z przyczyn niezależnych może ulec nieznacznej modyfikacji.

W artykułach spożywczych stosowanych do przygotowywania posiłków w przedszkolu mogą znajdować się „alergeny ukryte”





Jadłospis

Poniedziałek 09.07.2018

Śniadanie:	Płatki owsiane (17g) na mleku (160ml). Pieczywo mieszane (pszenno, razowe) (40g) z masłem (5g), schabem pieczonym (20g), pomidorem (25g) Herbata czarna z cytryną i miodem (160ml) ALERGENY:1, 7
Obiad:	Pazibroda z natką i ziemniakami (200ml) Spaghetti mięsno (70g) warzywne (40g) Makaron (40g) Surówka z rzodkiewki, ogórka zielonego, koperku oliwy z oliwek (70g) Kompot owocowy (180ml). Częstki ananasa ALERGENY: 1, 7, 9
Podwieczorek	Bułka owsiana (35g) z masłem (5g) przedszkolnym kremem kakaowo-bananowym (10g) Bawarka z miodem (180ml) Jabłko ALERGENY:1, 7

Wtorek 10.07.2018

Śniadanie:	Kasza kukurydziana (17g) na mleku (160ml) Pieczywo mieszane (pszenno, razowe) (40g) z masłem (5g), pastą tuńczykowo-jajeczną (20g), ogórkiem małosolnym (25g) i kiełkami (1g) Herbata czarna z cytryną i miodem (160ml) ALERGENY:1, 3, 7
Obiad:	Zacierkowa z natką (200ml) Kotlet drobiowy panierowany (70g) Ziemniaki z koperkiem (170g) Marchewka z groszkiem (70g). Kompot owocowy (180ml). Częstki melona ALERGENY:1, 3, 7, 9
Podwieczorek	Pałki kukurydziane (10g) Galaretka truskawkowa (80g) Herbata owocowa z miodem (160ml) Banan ALERGENY:1

Środa 11.07.2018

Śniadanie:	Płatki orkiszowe (17g) na mleku (160ml). Pieczywo mieszane (pszenno, razowe) (40g) z masłem (5g), kiełbasą żywiecką (20g), sałatą (25g) i szczypiorkiem (1g) Herbata czarna z cytryną i miodem (160ml) ALERGENY:1, 7
Obiad:	Ogórkowa z natką i ziemniakami (200ml) Kluski francuskie z serem białym, jabłkami prażonymi masłem i cukrem (100g) Kalarepa do chrupania (3g). Kompot owocowy (180ml) Malina ALERGENY:1, 7, 9,
Podwieczorek	Bułka grahamka (35g) z masłem (5g) humusem pomidorowym (20g) papryką (25g) Herbata owocowa z miodem (160ml) Śliwka ALERGENY:1, 7

Czwartek 12.07.2018

Śniadanie:	Granola (17g) na mleku (160ml). Pieczywo mieszane (pszenno, razowe) (40g) z masłem (5g) serem żółtym i szynką drobiową (25g), rzodkiewką (15g) szczypiorkiem (1g) Herbata czarna z cytryną i miodem (160ml) ALERGENY:1, 7
Obiad:	Barszcz biały z natką i ziemniakami (200ml) Szynka pieczona (95g) w sosie śliwkowym (40ml) Ryż (40g) Surówka z kapusty czerwonej, jabłka i cebuli z jogurtem (80g) Kompot owocowy (180ml) Winogrona ALERGENY:1, 7, 9
Podwieczorek	Bułka staropolska (35g) z masłem (5g) filet z indyka (25g) ogórkiem (25g) i kiełkami (1g) Nektarynki Herbata owocowa z miodem ALERGENY:1, 7

Piątek 13.07.2018

Śniadanie:	Płatki jęczmienne (17g) na mleku (160ml). Pieczywo mieszane (pszenno, razowe) (40g) polędwica sopocka (25g), papryką (25g) i szczypiorkiem (1g) Herbata owocowa z cytryną i miodem (160ml) ALERGENY:1, 7
Obiad:	Krem cebulowy z natką i groszkiem ptysiowym (200ml). Klopsy rybne (65g) w sosie pomidorowym (30ml) Ziemniaki z koperkiem (170g). Surówka z sałaty lodowej, marchewki, kukurydzy z oliwą z oliwek (70g) Kompot owocowy (180ml) Borówka amerykańska ALERGENY:1,3,4,7,9
Podwieczorek	Bułka zbożowa (35g) z masłem (5g) dżemem bezcukrowym (25g) Cacao (160ml) Morela ALERGENY:1, 7

Dzieci mają dostęp w ciągu całego dnia do wody źródlanej z dystrybutorów. Jadłospis z przyczyn niezależnych może ulec nieznacznej modyfikacji.

W artykułach spożywczych stosowanych do przygotowywania posiłków w przedszkolu mogą znajdować się „alergeny ukryte”

