



Jadłospis

PONIEDZIAŁEK 01.03.2021

Śniadanie:	Płatki kukurydziane (17g) na mleku (180ml) Pieczywo (pszenne, razowe) (40g) masło (5g) schab pieczony (20g) ogórek zielony (15g) Herbata z cytryną i miodem (160ml) ALERGENY:1, 7
Obiad:	Zupa z kapusty białej z natką i ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (200ml) Duszona pierś z kurczaka w sosie z suszonych pomidorów (90g) Ryż (40g) Surówka z selera, marchewki, jabłka z jogurtem naturalnym (70g) Kompot owocowy (180ml) Pół jabłka ALERGENY:1, 7, 9
Podwieczorek	Bułka owsiana (30g) masło (5g) krem kakaowo-bananowy (20g) Mleko z miodem (150ml) Kiwi ALERGENY:1,7

WTOREK 02.03.2021

Śniadanie:	Płatki owsiane (17g) na mleku (180ml) Pieczywo (pszenne, razowe) (40g) masło (5g) pasta wędlinowo-jajeczna (25g), pomidor (20g) Herbata z cytryną i miodem (160ml) ALERGENY:1,3, 7
Obiad:	Krupnik z natką na wywarze mięsno-warzywnym (200ml) Kotlet mielony wieprzowy (85g) Ziemniaki z koperkiem (170g) Kalafior, brokuł, marchewka gotowane na parze (80g) Kompot owocowy (180ml) Częstki melona ALERGENY:1, 3, 7, 9
Podwieczorek	Wafle kukurydziane (10g) Koktajl owocowo-jogurtowy (banan, mango, jogurt naturalny) (150ml) Mieszanka studencka ALERGENY:1, 7

ŚRODA 03.03.2021

Śniadanie:	Ryż (17g) na mleku (160ml) Pieczywo (pszenne, razowe) (40g) z masłem (5g) polędwica sopocka (20g), sałata (20g) Herbata z cytryną i miodem (160ml) ALERGENY:1, 7
Obiad:	Ogórkowa z natką i ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (200ml) Makaron kokardki (40g) z serem białym i musem truskawkowym (80g) Rzodkiewka do chrupania Naturalny sok owocowy (180ml) ALERGENY:1, 7, 9
Podwieczorek	Bułka zbożowa (30g) masło (5g) pasztet vege (20g) papryka (15g) Rumianek z miodem (150ml) Mandarynka ALERGENY:1, 7

CZWARTEK 04.03.2021

Śniadanie:	Makaron zacierki (17g) na mleku (160ml) Mini grahamka (25g) masło (5g) Jajecznicza ze szczypiorkiem (25g) pomidorki koktajlowe Herbata z cytryną i miodem (160ml) ALERGENY:1, 3, 7
Obiad:	Kalafiorowa z natką i ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (180ml) Bitki wołowe w sosie cebulowym (90g) Kasza pęczak (40g) Surówka z kapusty pekińskiej, papryki, marchewki, kukurydzy z oliwą z oliwek (70g) Kompot owocowy (180ml) Częstki ananasa ALERGENY:1, 7, 9
Podwieczorek	Rogalik maślany (30g) Galaretką z malinami (50g) Mięta z miodem (150ml) ALERGENY:1, 7

PIĄTEK 05.03.2021

Śniadanie:	Płatki orkiszowe (17g) na mleku (180ml) Pieczywo (pszenne, razowe) (40g) masło (5g) ser biały (20g) miód (20g) Herbata z cytryną i miodem (160ml) ALERGENY:1, 7
Obiad:	Ryżanka na wywarze warzywnym (180ml) Paluszki rybne (80g) Ziemniaki z koperkiem (170g) Surówka z kapusty kwaszonej, marchewki, cebulki, natki z oliwą z oliwek (70g) Kompot owocowy (180ml) Częstki pomarańczy ALERGENY:1, 3,4,7, 9
Podwieczorek	Bułeczka razowa (35g) masło (5g) filet z indyka (20g) cykorii, szczypior (20g) Herbata owocowa z miodem (180ml) Winogrona 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”



w Warszawie



Jadłospis

PONIEDZIAŁEK 08.03.2021

Śniadanie:	Jogurt naturalny z mieszanką owoców suszonych i orzechów (90g) na mleku (180ml) Pieczywo (pszenne, razowe) (40g) masło (5g) kielbasa żywiecka (20g) kiełki (15g) Herbata z cytryną i miodem (160ml) ALERGENY:1, 7
Obiad:	Szczawiowa z natką i ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (200ml) Pulpety z udźca indyka w sosie pomidorowym (90g) Ryż (40g) Surówka z kapusty białej, ogórka zielonego, koperku z oliwą z oliwek (70g) Kompot owocowy (180ml) Cząstki melona ALERGENY:1, 3, 7, 9
Podwieczorek	Rogalik maślany (20g) Kisiel owocowy (150ml) Banan ALERGENY:1,7

WTOREK 09.03.2021

Śniadanie:	Płatki jaglane (17g) na mleku (180ml) Pieczywo (pszenne, razowe) (40g) masło (5g) ser żółty (25g), rzodkiewka (15g) Herbata z cytryną i miodem (160ml) ALERGENY:1, 7
Obiad:	Buraczkowa z natką i ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (200ml) Gulasz wieprzowy z warzywami (85g) Makaron pene (40g) Mix sałat, pomidorki koktajlowe, papryka żółta z oliwą z oliwek (80g) Kompot owocowy (180ml) Morele suszone ALERGENY:1, 7, 9
Podwieczorek	Bułka razowa (30g) masło (5g) schab pieczony (20g) cykorcia (20g) Herbata owocowa z miodem (150ml) Mandarynka ALERGENY:1, 7

ŚRODA 10.03.2021

Śniadanie:	Kasza manna (17g) na mleku (160ml) Pieczywo (pszenne, razowe) (40g) z masłem (5g) pasta ze szprotki i jaj (20g), pomidor (20g) Herbata z cytryną i miodem (160ml) ALERGENY:1, 3,4,7
Obiad:	Grochowa z natką i ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (200ml) Pierogi z serem białym z mussem mango (80g) Ogórek zielony do chrupania Kompot owocowy (180ml) Żurawina suszona ALERGENY:1, 7, 9
Podwieczorek	Grahamka (30g) masło (5g) polędwica sopocka (20g) sałata (15g) Rumianek z miodem (150ml) Kiwi ALERGENY:1, 7

CZWARTEK 11.03.2021

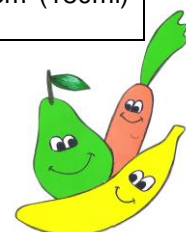
Śniadanie:	Kluski lane (17g) na mleku (160ml) Pieczywo (pszenne, razowe) (40g) masło (5g) filet z indyka (25g) papryka (20g) Herbata z cytryną i miodem (160ml) ALERGENY:1,7
Obiad:	Brukselka z natką i ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (180ml) Schab pieczony (90g) Kasza jęczmienny (40g) Surówka z ogórka kwaszonego, jabłka, natki z oliwą z oliwek (70g) Kompot owocowy (180ml) Cząstki pomarańczy ALERGENY:1, 7, 9
Podwieczorek	Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamonem z dodatkiem jogurtu naturalnego (90g) Mięta z miodem (150ml) Winogrona ALERGENY:1, 7

PIĄTEK 12.03.2021

Śniadanie:	Płatki ryżowe (17g) na mleku (180ml) Pieczywo (pszenne, razowe) (40g) masło (5g) pasztet sojowy (20g) pomidor (20g) Herbata z cytryną i miodem (160ml) ALERGENY:1, 6, 7
Obiad:	Zupa z kurczaka, dyni, mleczka kokosowego z natką i makaronem ryżowym (180ml) Kotlet rybny panierowany w pestkach dyni (80g) Ziemniaki z koperkiem (170g) Marchewka z groszkiem (70g) Kompot owocowy (180ml) Cząstki ananasa ALERGENY:1, 3,4,7, 9
Podwieczorek	Bułeczka owsiana (35g) masło (5g) dżem niskosłodzony (20g) Bawarka z miodem (180ml) Jabłko 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”



w Warszawie



Jadłospis

PONIEDZIAŁEK 15.03.2021

Śniadanie:	Kasza kukurydziana (17g) na mleku (180ml) Pieczywo (pszenne, razowe) (40g) masło (5g) szynka wieprzowa (20g) cykoria (15g) Herbata z cytryną i miodem (160ml) ALERGENY:1, 7
Obiad:	Groszkowa z natką i ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (200ml) Indyk po seczuańsku- indyk, papryka czerwona, marchewka, szczypior, sezam, olej sezamowy, mąka kukurydziana, mąka ziemniaczana (90g) Ryż (40g) Surówka z sałaty lodowej, pomidora i koperku z oliwą z oliwek (70g) Sok naturalny jabłkowy (180ml) Cząstki brzoskwini ALERGENY:1, 7, 9
Podwieczorek	Rogalik maślany (20g) Jogurt owocowy (90ml) Mięta z miodem (150ml) Jabłko ALERGENY:1,7

WTOREK 16.03.2021

Śniadanie:	Musli (17g) na mleku (180ml) Pieczywo (pszenne, razowe) (40g) masło (5g) serek kremowy śmietankowy (25g), papryka (15g) Herbata z cytryną i miodem (160ml) ALERGENY:1, 7
Obiad:	Neapolitańska z natką i makaronem na wywarze mięsno-warzywnym (200ml) Kotlet schabowy panierowany w siemieniu lnianym (90g) Ziemniaki z koperkiem (170g) Mizeria (80g) Kompot owocowy (180ml) Żurawina suszona ALERGENY:1, 3, 7, 9
Podwieczorek	Bułka owsiana (30g) masło (5g) miód (20g) Kawa zbożowa z miodem (150ml) Cząstki pomarańczy ALERGENY:1, 7

ŚRODA 17.03.2021

Śniadanie:	Makaron literki (17g) na mleku (160ml) Pieczywo (pszenne, razowe) (40g) z masłem (5g) pasta z makreli i jaj (20g), sałata (20g) Herbata z cytryną i miodem (160ml) ALERGENY:1, 3,4,7
Obiad:	Soczewicowa z natką i ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (200ml) Pieczone udka z kurczaka (90g) Makaron świderki (40g) Surówka z cukinii, marchewki, papryki czerwonej, koperku z oliwą z oliwek (70g) Kompot owocowy (180ml) Cząstki melona ALERGENY:1, 7, 9
Podwieczorek	Bułka staropolska (30g) masło (5g) pasztet vege (20g) pomidor (15g) Herbata owocowa z miodem (150ml) Gruszka ALERGENY:1, 7

CZWARTEK 18.03.2021

Śniadanie:	Kasza orkiszowa (17g) na mleku (160ml) Pieczywo (pszenne, razowe) (40g) masło (5g) polędwica sopocka (25g) kiełki (20g) Herbata z cytryną i miodem (160ml) ALERGENY:1,7
Obiad:	Krem cebulowy z natką i grzankami przedszkolnymi na wywarze mięsno-warzywnym (180ml) Krokietki jajeczne w sosie pieczarkowym (80g) Rzodkiewka do chrupania Kompot owocowy (180ml) Cząstki melona ALERGENY:1, 7, 9
Podwieczorek	Wafle kukurydziane (10g) Kasza manna (150ml) Syrop malinowy (5ml) Rumianek z miodem (150ml) Kiwi ALERGENY:1, 7

PIĄTEK 19.03.2021

Śniadanie:	Płatki jęczmienne (17g) na mleku (180ml) Pieczywo (pszenne, razowe) (40g) masło (5g) kiełbasa żywiecka (20g) ogórek kwaszony (20g) Herbata z cytryną i miodem (160ml) ALERGENY:1, 7
Obiad:	Pomidorowa z natką i ryżem na wywarze mięsno-warzywnym (180ml) Klops rybny w sosie koperkowym (80g) Kasza bulgur (40g) Surówka z kapusty czerwonej, jabłka, cebuli i jogurtu naturalnego (70g) Kompot owocowy (180ml) Winogrona ALERGENY:1, 3,4,7, 9
Podwieczorek	Bułeczka drożdżowa (35g) Soczek (180ml) Banan 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”



w Warszawie



Jadłospis

PONIEDZIAŁEK 22.03.2021

Śniadanie:	Płatki owsiane (17g) na mleku (180ml) Pieczywo (pszenne, razowe) (40g) masło (5g) ser żółty (20g) pomidor (20g) Herbata z cytryną i miodem (160ml) ALERGENY:1, 7
Obiad:	Barszcz biały z natką i ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (200ml) Pulpet drobiowy w sosie pomidorowym (80g) Ryż (40g) Fasolka szparagowa gotowana na parze (70g) Kompot owocowy (180ml) Pół gruszki ALERGENY:1, 7, 9
Podwieczorek	Bułka razowa (30g) masło (5g) schab pieczony (20g) cykoria (15g) Herbata owocowa z miodem (150ml) Banan ALERGENY:1,7

WTOREK 23.03.2021

Śniadanie:	Makaron nitki (17g) na mleku (180ml) Pieczywo (pszenne, razowe) (40g) masło (5g) szynka wieprzowa (25g), sałata (15g) Herbata z cytryną i miodem (160ml) ALERGENY:1, 7
Obiad:	Jarzynowa z natką i ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (200ml) Strogonow wołowy z papryką, pieczarkami, ogórkiem konserwowym, koncentratem pomidorowym (90g) Kasza gryczana (170g) Sałatka szwedzka (80g) Kompot owocowy (180ml) Rodzynki suszone ALERGENY:1, 7, 9
Podwieczorek	Wafle ryżowe (10g) Budyń waniliowy (150ml) Mięta z miodem (150ml) Mandarynka ALERGENY:1, 7

ŚRODA 24.03.2021

Śniadanie:	Płatki kukurydziane (17g) na mleku (160ml) Pieczywo (pszenne, razowe) (40g) z masłem (5g) pasta z tuńczyka i jaj (20g), rzodkiewka (15g) Herbata z cytryną i miodem (160ml) ALERGENY:1, 3,4,7
Obiad:	Cieciorowa z natką i ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (200ml) Naleśniki z serem białym i musem mango (80g) Pomidorki koktajlowe do chrupania Kompot owocowy (180ml) Pół jabłka ALERGENY:1, 3, 7, 9
Podwieczorek	Bułka grahamka (30g) masło (5g) filet z indyka (20g) kielki(15g) Rumianek z miodem (150ml) Cząstki melona ALERGENY:1, 7

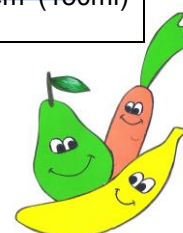
CZWARTEK 25.03.2021

Śniadanie:	Kakao z miodem (150g) Bułka pszenna (40g) masło (5g) serek waniliowy (90g) papryka do chrupania (20g) Herbata z cytryną i miodem (160ml) ALERGENY:1,7
Obiad:	Zacierkowa z natką na wywarze mięsno-warzywnym (180ml) Pieczeń rzymska w sosie chrzanowym (90g) Ziemniaki z koperkiem (170g) Surówka z pomidorów i szczypiorku z oliwą z oliwek (70g) Kompot owocowy (180ml) Cząstki ananasa ALERGENY:1, 7, 9
Podwieczorek	Pampuchy drożdżowe (30g) mus truskawkowy (50ml) Herbata owocowa z miodem (150ml) Winogrona ALERGENY:1, 3, 7

PIĄTEK 26.03.2021

Śniadanie:	Płatki ryżowe (17g) na mleku (180ml) Pieczywo (pszenne, razowe) (40g) masło (5g) polędwica sopocka (20g) ogórek kwaszony (20g) Herbata z cytryną i miodem (160ml) ALERGENY:1, 7
Obiad:	Kartoflanka z pomidorami z natką na wywarze mięsno-warzywnym (180ml) Zapiekanek makaronowa z łososiem, brokułami i sosem śmietanowym (90g) (70g) Kompot owocowy (180ml) Kiwi ALERGENY:1, 3,4,7, 9
Podwieczorek	Bułka staropolska (30g) masło (5g) powidła owocowe (20g) Kawa inka z miodem (150ml) Gruszka 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”**



w Warszawie