

JADŁOSPIS NA MARZEC 2024 - PRZEDSZKOLE

| Poniedziałek 18,03,2024 | | składniki |
|--|--|---|
| Śniadanie | Mleko 150g, płatki kukurydziane, chleb słonecznikowy z masłem 40g, pasta z czerwonej fasoli z suszonymi pomidoroami 30g, rzodkiewka 10g, herbatka rumiankowa Godz.10,00 woda, banan (nabiał,gluten) | mleko , płatki kukurydziane, chleb słonecznikowy , masło , fasola czerwona, pomidory suszone, rzodkiewka, rumianek, woda, banan |
| Obiad | Zupa ogórkowa z ryżem 250g, spaghetti z sosem bolońskim 300g, kompot z aronii 150g (seler,nabiał,gluten) | ogórki kiszone, włoszczyzna , masło , ryż, śmietana 18% , pietruszka zielona, makaron spaghetti , łopatką wp, pomidory pelati, marchewka, cebula, czosnek, aronia, cukier, przyprawy, owoc |
| Podwieczorek | Grysik na mleku z owocami leśnymi 150g (gluten,nabiał) | mleko , kasza manna , mieszanka owoce leśne |
| Wtorek 19,03,2024 | | składniki |
| Śniadanie | Chleb graham z masłem 40g, ser żółty 30g, pomidor, paparyka świeża, ogórek zielony 30g, kawa z mlekiem 150g Godz.10,00 woda, jabłko (gluten,nabiał) | chleb graham , masło , ser żółty , pomidor, papryka świeża, ogórek zielony, kawa zbożowa, mleko , woda, jabłko |
| Obiad | Rosół z makaronem 250g, kotlet schabowy 60g, ziemniaki 150g, sałatka z białej kapusty 80g, kompot wiśniowy150g (seler,gluten,nabiał,jaja) | udka z kurczaka, włoszczyzna , makaron nitki , pietruszka zielona, schab, mąka , jaja , bułka tarta , olej, ziemniaki, kapusta biała, cebula, wiśnia, cukier, przyprawy |
| Podwieczorek | Galaretka z bananami i bitą śmietaną 150g (nabiał) | galaretka owocowa, banan, śmietana 30% |
| Środa 20,03,2024 | | składniki |
| Śniadanie | Zupa mleczna z lanym ciastem 150g, chleb z masłem 40g, pasztet wp 30g, ogórek kiszony 20g, herbatka z melisy Godz.10,00 woda, mandarynka (nabiał,gluten,jaja) | mleko , jaja , mąka , chleb mieszany , masło , pasztet wp , ogórek kiszony, melisa, woda, mandarynka |
| Obiad | Barszcz ukraiński z ziemniakami 250g, udziec z kurczaka pieczony 1p, kasza bulgur 150g, mix sałat z sosem vinegrette 80g, kompot agrestowy 150g (seler,gluten,nabiał) | barszcz ukraiński, ziemniaki, śmietana 18% , pietruszka zielona, udziec z kurczaka, olej, kasza bulgur , sałata lodowa, szpinak, rzodkiewka, cebula czerwona, agrest, cukier, przyprawy |
| Podwieczorek | Koktail mleczny z truskawkami 150g, chrupki kukurydziane (nabiał) | jogurt naturalny , truskawki, cukier, chrupki kukurydziane |
| Czwartek 21,03,2024 | | składniki |
| Śniadanie | Chleb wieloziarnisty z masłem 40g, ogórek zielony, papryka świeża, szpinak 30g, kabanoski drobiowe na gorąco 1 szt, kawa z mlekiem 150ml. Godz.10,00 woda, banan (gluten,nabiał) | chleb wieloziarnisty , masło , ogórek zielony, papryka świeża, szpinak, kabanoski drobiowe, kawa zbożowa, mleko , woda, banan |
| Obiad | Zupa pomidorowa z ryżem 250g, minaj panierowany 60g, ziemniaki 150g, surówka z kapusty kiszonej 80g, kompot wieloowocowy 150g (seler,nabiał,gluten,ryba,jaja) | pomidory pelati, koncentrat pomidorowy, włoszczyzna , masło , śmietana 18% , ryż, pietruszka zielona, mintaj, mąka, jaja, bułka tarta, olej, ziemniaki, kapusta kiszona, marchew, cebula, jabłko, mieszanka kompotowa, cukier, przyprawy |
| Podwieczorek | Ciasto jogurtowe z wiśniami, mleko 150 ml (nabiał,gluten,jaja) | jaja , mąka , jogurt naturalny , cukier, olej, soda, wiśnia, mleko |
| Piątek 22,03,2024 | | składniki |
| Śniadanie | Zupa mleczna z płatkami owsianymi 150g, chleb razowy z masłem 40g, pomidor 20g, jajko gotowane 1p, herbatka miętowa 150g Godz.10,00 woda, jabłko (nabiał,gluten,jaja) | mleko , płatki owsiane , chleb razowy , masło , pomidor, jaja , mięta, woda, jabłko |
| Obiad | Zupa wielowarzywna z lanym ciastem 250g, pierogi leniwe z masłem 300g, kompot śliwkowy 150g (seler,nabiał,gluten,jaja) | mieszanka jarzynowa 7-składnikowa , śmietana 18% , masło , mąka , jaja , pietruszka zielona, ziemniaki, twaróg , mąka ziemniaczana , masło , mus owocowy, cukier, przyprawy |
| Podwieczorek | Sałatka owocowa 150g | melon, banan, kiwi, pomarańcza |
| Składniki potraw do wglądu u intendenci. | | |