

JADŁOSPIS NA LUTY 2024 - PRZEDSZKOLE

	Poniedziałek 05,02,2024	składniki
Śniadanie:	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 150g, chleb słonecznikowy z masłem 40g, schab pieczony 30g, pomidor 20g, herbata miętowa Godz.10,00 woda, banan (nabiał,gluten)	mleko, płatki owsiane, chleb słonecznikowy, masło, schab wp, pomidor, mięta, woda, banan
Obiad:	Kapuśniak z kiełbasą i ziemniakami 250g, kluski na parze 1-2szt, sos truskawkowo-jogurtowy, kompot wieloowocowy 150g	włoszczyzna, masło, kapusta kiszona, ziemniaki, cebula, kiełbasa śląska, pietruszka zielona, kluski na parze, truskawka, jogurt naturalny, mieszanka wieloowocowa, cukier, przyprawy
Podwieczorek:	Chlebek chrupki Wasa z twarogiem 60g, zielone smoothie 150g (gluten,nabiał)	chleb Wasa, twaróg ulubiony, kiwi, banan, jabłko, woda
	Wtorek 06,02,2024	składniki
Śniadanie:	Chleb z masłem 40g, ser żółty 30g, ogórek zielony, rzodkiewka, papryka św 30g, kawa z mlekiem 150g Godz.10,00 woda, jabłko (gluten,nabiał)	chleb zw, masło, ser żółty, ogórek zielony, rzodkiewka, papryka świeża, kawa zbożowa, mleko, woda, jabłko
Obiad:	Zupa ryżowa 250g, łosoś z pieca 60g, ziemniaki pieczone z ziołami 150g, mix sałat z sosem vinegrette 60g, kompot z aronii 150g (seler,ryba,gluten)	włoszczyzna, udko z kurczaka, ryż, pietruszka zielona, łosoś, ziemniaki, sałata lodowa, szpinak, cebula czerwona, olej, aronia, cukier, przyprawy
Podwieczorek:	Budyń waniliowy z malinami 150g (nabiał,gluten)	mleko, budyń waniliowy, maliny, cukier
	Środa 07,02,2024	składniki
Śniadanie:	Zupa mleczna z makaronem 150g, chleb graham z masłem 40g, pasta twarogowa z tuńczykiem 30g, pomidor 20g, herbata z cytryną Godz.10,00 woda, mandarynka (nabiał,gluten,ryba)	mleko, makaron, chleb graham, masło, twaróg ulubiony, tuńczyk, pomidor, herbata, cytryna, woda, mandarynka
Obiad:	Barszcz zabieleny z ziemniakami 250g, gulasz wp 60g, kasza jęczmienna 150g, ogórek kiszony 60g, kompot śliwkowy 150g (seler,nabiał,gluten)	buraki, włoszczyzna, masło, śmietana 18%, ziemniaki, cebula, czosnek, koncentrat buraczany, pietruszka zielona, łożatka wp, olej, mąka, kasza jęczmienna, ogórek kiszony, śliwka, cukier, przyprawy
Podwieczorek:	Jabłko pieczone z dżemem 1szt, chrupki kukurydziane	jabłka, dżem, chrupki kukurydziane
	Czwartek 08,02,2024	składniki
Śniadanie:	Chleb wieloziarnisty z masłem 40g, szynka wędzona 30g, szpinak, pomidor, rzodkiewka 30g, kawa z mlekiem 150g Godz.10,00 woda, kiwi (gluten,nabiał)	chleb wieloziarnisty, masło, szynka wędzona, szpinak, pomidor, rzodkiewka, kawa zbożowa, mleko, woda, kiwi
Obiad:	Zupa krem z marchewki z groszkiem ptysiowym 250g, filet z kurczaka panierowany 60g, ziemniaki 150g, surówka z kapusty pekińskiej 80g, kompot wiśniowy 150g (seler,nabiał,gluten,jaja)	marchew, włoszczyzna, masło, pietruszka zielona, śmietana 18%, groszek ptysiowy, filet z kurczaka, jaja, mąka, bułka tarta, olej, ziemniaki, kapusta pekińska, cebula czerwona, kukurydza, majonez, wiśnia, cukier, przyprawy
Podwieczorek:	Pączusie z białego serka 1p, herbata owocowa (gluten,jaja,nabiał)	mąka, twaróg ulubiony, jaja, drożdże, cukier, olej, herbata owocowa
	Piątek 09,02,2024	składniki
Śniadanie:	Zupa mleczna z płatkami ryżowymi 150g, chleb razowy z masłem 40g, pasta z fasoli z cebulką 30g, ogórek kiszony 20g, herbata z melisy Godz.10,00 woda, gruszka (nabiał,gluten)	mleko, płatki ryżowe, chleb razowy, masło, fasola biała, cebulka, ogórek kiszony, melisa, woda, gruszka
Obiad:	Żurek z jajkiem 250g, pierogi z truskawkami i masłem 200g, kompot wieloowocowy 150g (seler,nabiał,gluten,jaja)	włoszczyzna, masło, żurek, jaja, śmietana 18%, ziemniaki, pietruszka zielona, pierogi z truskawkami, mieszanka kompotowa, cukier, przyprawy
Podwieczorek:	Bułka kanapkowa z masłem 30g, serek topiony, papryka świeża 20g, herbata rumiankowa (gluten,nabiał)	bułka kanapkowa, masło, serek topiony, papryka świeża, rumianek
Składniki potraw do wglądu u intendenci.		