

JADŁOSPIS NA KWIECIEŃ 2024 - PRZEDSZKOLE

	Poniedziałek 22,04,2024	składniki
Śniadanie	Zupa mleczna z lanym ciastem 150g, chleb wieloziarnisty z masłem 40g, pasta twarogowa z tuńczykiem 30g, ogórek kiszony 20g, herbatka z melisy Godz.10,00 woda, banan (gluten,nabiał, ryba)	mleko, jaja, mąka, chleb wieloziarnisty, masło, twaróg ulubiony, tuńczyk , ogórek kiszony, melisa, woda, banan
Obiad	Zupa krem z białych warzyw z prażonym słonecznikiem 250g, gołąbki bez zawijania 300g, sos pomidorowy 100g, kompot śliwkowy 150g (seler,nabiał,gluten)	seler , pietruszka, ziemniaki, cebula, śmietana 18%, masło , pietruszka zielona, słonecznik, ryż, łąpatka wp, olej, pulpa pomidorowa, mąka pszenna , śliwki, cukier, przyprawy
Podwieczorek	Sałatka owocowa 150g	melon, banan, kiwi, brzoskwinia
	Wtorek 23,04,2024	składniki
Śniadanie	Chleb z masłem 40g, szynka wiejska 30g, sałata zielona, rzodkiewka, pomidor 30g, kawa z mlekiem 150g Godz.10,00 woda, jabłko (gluten,nabiał)	chleb mieszany, masło , szynka wiejska, sałata zielona, rzodkiewka, pomidor, rumianek, woda, jabłko
Obiad	Zupa ryżowa 250g, kotleciki szu-szu 60g, ziemniaki 150g, surówka z marchewki i ananasa 80g, kompot wieloowocowy 150g (seler,gluten,jaja)	udka z kurczaka, włoszczyzna , ryż, pietruszka zielona, filet z kurczaka, jaja , mąka ziemniaczana, olej, ziemniaki, marchew, ananas, mieszanka kompotowa, cukier, przyprawy
Podwieczorek	Deser mleczny z chia i musem kiwi 150g (nabiał)	mleko, nasiona chia , cukier, kiwi
	Środa 24,04,2024	składniki
Śniadanie	Mleko, płatki kukurydziane 150g, chleb słonecznikowy z masłem 40g, jajko gotowane 1/2szt, szczypiorek, papryka świeża 20g, herbatka rumiankowa Godz.10,00 woda, arbuz (nabiał,gluten,jaja)	mleko, płatki kukurydziane, chleb słonecznikowy, masło, jaja , szczypior, papryka świeża, rumianek, woda, arbuz
Obiad	Zupa marchewkowa krem z groszkiem ptysiowym 250g, udziec duszony z indyka 60g, makaron 150g, surówka z kiszonej kapusty 80g, kompot z aronii 150g (seler,nabiał,gluten)	marchew, włoszczyzna, masło, śmietana 18%, groszek ptysiowy , pietruszka zielona, udziec z indyka, olej, cebula, czosnek, makaron , kapusta kiszona, marchew, cebula, aronia, cukier, przyprawy
Podwieczorek	Kołacz drożdżowy ze śliwkami 1p, mleko 150g (gluten,jaja,nabiał)	mąka pszenna, drożdże, masło, jaja , cukier, śliwki, mleko
	Czwartek 25,04,2024	składniki
Śniadanie	Chleb graham z masłem 40g, filet z indyka pieczony 30g, ogórek zielony, rzodkiewka, pomidor 30g, kawa z mlekiem 150g Godz.10,00 woda, gruszka (nabiał,gluten)	chleb graham, masło , filet z indyka, ogórek zielony, rzodkiewka, pomidor, kawa zbożowa, mleko , woda, gruszka
Obiad	Zupa fasolowa z kiełbasą 250g, ryż na sypko z sosem truskawkowo-jogurtowym 300g, kompot agrestowy 150g (seler,gluten,nabiał)	fasola biała, włoszczyzna, masło , kiełbasa śląska, pietruszka zielona, ryż, truskawka, jogurt naturalny , agrest, cukier, przyprawy
Podwieczorek	Bułeczka z masłem 40g, pasztet wp. 30g, ogórek kiszony 20g, herbatka miętowa (gluten,nabiał)	bułka pszenna, masło, pasztet wp. ogórek kiszony, mięta
	Piątek 26,04,2024	składniki
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami ryżowymi 150g, chleb razowy z masłem 40g, twarożek z brzoskwiniami 30g, herbatka owocowa Godz.10,00 woda, banan (nabiał,gluten)	mleko, płatki ryżowe, chleb razowy, masło, twaróg ulubiony , brzoskwinia, herbata owocowa, woda, banan
Obiad	Zupa kalafiorowa z grysikiem 250g, paluszki rybne 60g, ziemniaki 150g, sałata lodowa z jogurtem 80g, kompot wiśniowy 150g (seler,gluten,ryba,jaja,nabiał)	kalafior, włoszczyzna, masło, kasza manna , pietruszka zielona, paluszki rybne , olej, ziemniaki, sałata lodowa, jogurt naturalny , wiśnia, cukier, przyprawy
Podwieczorek	Sok wieloowocowy "kubuś" 150g, chrupki kukurydziane	sok kubuś, chrupki kukurydziane
Składniki potraw do wglądu u intendentki.		