

JADŁOSPIS NA STYCZEŃ 2024 - PRZEDSZKOLE

	Poniedziałek 22,01,2024	składniki
Śniadanie:	Zupa mleczna z grysiem 150g, chleb graham z masłem 40g, pasztet wp. 30g, ogórek kiszony 20g, herbata rumiankowa Godz.10,00 woda, jabłko (nabiał,gluten)	mleko, kasza manna, chleb graham, masło, pasztet wp, ogórek kiszony, rumianek, woda, jabłko
Obiad:	Zupa koperkowa z zacierką 250g, kurczak w sosie cury 60g, ryż na sypko 150g, surówka z marchewki i pomarańczy 80g, kompot agrestowy 150g (seler,gluten,jaja,nabiał)	włoszczyzna, masło, koper, makaron zacierka, śmietana 18%, cebula, filet z kurczaka, olej, ryż papraboliczny, marchew, pomarańcza, agrest, cukier, przyprawy
Podwieczorek:	Kanapeczki z twarogiem i owocami , herbatka owocowa (gluten,nabiał)	bułka pszenna, masło, twaróg ulubiony, banan, kiwi, herbata owocowa
	Wtorek 23,01,2024	składniki:
Śniadanie:	Chleb wieloziarnisty z masłem 40g, ser żółty 30g, rzodkiewka, pomidor, papryka św.30g, kawa z mlekiem 150g Godz.10,00 woda, marchewka (gluten,nabiał)	chleb wieloziarnisty, masło, ser żółty, rzodkiewka, pomidor, papryka św, kawa zbożowa, mleko, woda, marchewka
Obiad:	Zupa krem z białych warzyw z prażonym słonecznikiem 250g, pieczeń rzymska 60g, ziemniaki 150g, buraczki 80g, kompot śliwkowy 150g (seler,nabiał,gluten,jaja)	seler, pietruszka, por, ziemniaki, masło, pietruszka zielona, słonecznik, łośpatka wp, jaja, cebula, czosnek, olej, buraczki, śliwki, przyprawy
Podwieczorek:	Galaretko owocowa 150g z bananami	galaretko owocowa, banan
	Środa 24,01,2024	składniki
Śniadanie:	Mleko 150g, płatki kukurydziane, chleb razowy z masłem 40g, schab pieczony 30g, ogórek zielony 20g, herbata z cytryną Godz.10,00 woda, mandarynka (nabiał,gluten)	mleko, płatki kukurydziane, chleb razowy, masło, schab wp, ogórek zielony, herbata, cytryna, woda, mandarynka
Obiad:	Żurek z jajkiem i kiełbasą 250g, makaron z twarogiem i masłem 350g, kompot wieloowocowy 150g, (seler,gluten,jaja,nabiał)	włoszczyzna, masło, żurek, jaja, kiełbasa śląska, cebula, czosnek, śmietana 18%, pietruszka zielona, ziemniaki, makaron, twaróg, masło, mieszanka kompotowa, cukier, przyprawy
Podwieczorek:	Kisiel z jabłkiem 150g, chrupki kukurydziane	kisiel owocowy, jabłko, chrupki kukurydziane
	Czwartek 25,01,2024	składniki
Śniadanie:	Rogal z masłem 40g, twarogek z malinami 30g, kakao z mlekiem 150g Godz.10,00 woda, kiwi (gluten,nabiał)	rogal mleczny, masło, twaróg, maliny, kakao naturalne, mleko, woda, kiwi
Obiad:	Zupa kalaffiorowa z kaszą manną 250g, Nugetsy z kurczaka 60g, frytki 150g, salata lodowa z jogurtem 80g, kompot z aronii 150g (gluten,jaja,nabiał)	włoszczyzna, masło, kalafior, kasza manna, pietruszka zielona, filet z kurczaka, jaja, mąka, olej, frytki, salata lodowa, jogurt naturalny, aronia, cukier, przyprawy
Podwieczorek:	Sok wieloowocowy "kubuś" 200g, chrupki kukurydziane	Sok "kubuś", chruki kukurydziane
	Piątek 26,01,2024	składniki
Śniadanie:	Zupa mleczna z płatkami ryżowymi 150g, chleb z masłem 40g, pasta z jajek z szczypiorkiem 30g, papryka świeża 20g, herbatka miętowa Godz.10,00 woda, gruszka (nabiał,gluten,jaja)	mleko, płatki ryżowe, chleb zw, masło, jaja, majonez, szczypiorek, papryka świeża, mięta, woda, gruszka
Obiad:	Zupa wielowarzynna z makaronem 250g, mintaj w cieście 60g, ziemniaki 150g, surówka z kiszonej kapusty 80g, kompot wiśniowy 150g (seler,nabiał,gluten)	Marchew, brokuł, kalafior, masło, cebula, makaron, śmietana 18%, pietruszka zielona, ryba mintaj, jaja, mąka, olej, ziemniaki, kapusta kiszona, marchew, cebula czerwona, jabłko, wiśnia, cukier, przyprawy
Podwieczorek:	Koktail mleczny z truskawkami 150g (nabiał)	jogurt naturalny, mleko, truskawka, cukier

Składniki potraw do wglądu u intendentki.