

JADŁOSPIS NA MAJ 2023 - PRZEDSZKOLE

Poniedziałek 22,05,2023

Śniadanie:	Zupa mleczna z płatkami ryżowymi200g, chleb graham40g z masłem10g, pomidor20g, kiełbaski drobiowe na gorąco1szt, herbata z cytryną200ml (nabiał,gluten) Godz. 10,00 woda z miętą, winogrona	Składniki: <u>mleko,płatki ryżowe,chleb graham,masło,pomidor,kabanoski z kurczaka,herbata,cytryna,woda,mięta,winogrona</u>
Obiad:	Zupa gulaszowa250g, naleśniki z twarogiem i truskawkami, kompot wieloowocowy200ml(seler,gluten,nabiał,jaja)	Składniki: <u>włoszczyzna,masło,łopatkawp.,ziemniaki,mleko,mąka,jaja,twaróg,truskawki,cukier,mieszanka wieloowocowa,pietruszkazielona,przyprawy</u>
Podwieczorek:	Sałatka owocowa 150g	Składniki: melon,banan,kiwi,pomarańcza

Wtorek 23,05,2023

Śniadanie:	Chleb wieloziarnisty40g z masłem10g, polędwica sopocka30g, szpinak, rzodkiewka, ogórek zielony30g, kawa z mlekiem200ml (gluten,nabiał,gorczyca) Godz. 10,00 woda z pomarańczą, jabłka	Składniki: <u>chleb wieloziarnisty,masło,polędwicasopocka,szpinak,rzodkiewka,ogórek zielony,kawazbożowa,mleko,woda,pomarańcza,jabłka</u>
Obiad:	Rosół z makaronem250g, pulpeciki60g w sosie koperkowym, ziemniaki150g, surówka z marchwi i pomarańczy100g, kompot śliwkowy200g (seler,gluten,nabiał,jaja)	Składniki: <u>udka z kurczaka,włoszczyzna,pietruszkazielona,makaron miński,mięso mielone z łopatki,jaja,bułka pszenna,cebula,koper,śmietana18%,mąka pszenna,ziemniaki,marchew,poarańcza,śliwki,cukier,przyprawy</u>
Podwieczorek:	Chałka40g z masłem10g i dżemem10g, kakao na mleku200g (gluten,jaja,nabiał)	Składniki: <u>chałka pszenna,masło,dżem niskosłodzony,kakao naturalne,mleko</u>

Środa 24,05,2023

Śniadanie:	Zupa mleczna z lanym ciastem200g, chleb40g z masłem10g, jajko gotowane1/2szt, sałata rozszonka, papryka świeża20g, herbatka miętowa200ml (nabiał,gluten,jaja) Godz.10,00 woda, truskawka	Składniki: <u>mleko,jaja,mąka pszenna,chleb mieszany,masło,jaja,sałata rozszonka,papryka świeża,mięta,woda,truskawka</u>
Obiad:	Zupa krem z dyni250g, kotleciki drobiowe żu żu80g, ziemniaki150g, mizeria100g, kompot wiśniowy200g (seler,gluten,nabiał,jaja)	Składniki: <u>włoszczyzna,masło,dynia,pietruszkazielona,ziemniaki,śmietana18%,filet z kurczaka,jaja,olej rzepakowy,ogórek zielony,jogurt naturalny,śmietana18%,wiśnia,cukier,przyprawy</u>
Podwieczorek:	Ciasto bananowe, mleko150g (jaja,nabiał,gluten)	Składniki: <u>mąka pszenna,jaja,masło,banan,cukier,mleko</u>

Czwartek 25,05,2023

Śniadanie:	Chleb słonecznikowy40g z masłem10g, pasta twarogowa30g, pomidorki koktajlowe, ogórek zielony, rzodkiewka30g, kawa z mlekiem200ml (gluten,nabiał,gorczyca) Godz. 10,00 woda z cytryną, arbuz	Składniki: <u>chleb słonecznikowy,masło,twaróg,pomidorkicoctailowe,ogórek zielony,rzodkiewka,kawazbożowa,mleko,woda,cytryna,arbuz</u>
Obiad:	Żurek z jajkiem250g, makaron wieloziarnisty z mięsem300g, sałatka szwedzka60g, kompot wieloowocowy200ml (seler,nabiał,gluten,jaja)	Składniki: <u>włoszczyzna,masło,żur,jaja,śmietana18%,ziemniaki,cebula,pietruszkazielona,makaron wieloziarnisty,mięso mielone z łopatki,ogórek kiszony,mieszanka owocowa,cukier,przyprawy</u>
Podwieczorek:	Kanapeczki z owocami, herbatka owocowa200ml (gluten,nabiał)	Składniki: <u>bułka pszenna,masło,banan,kiwi,herbata owocowa</u>

Piątek 26,05,2023

Śniadanie:	Owsianka na mleku200g, chleb40g z masłem10g, ser żółty30g, pomidor20g, herbata z cytryną200ml (nabiał,gluten) Godz. 10,00 woda z miętą, banan	Składniki: <u>mleko,płatki owsiane,chleb miesznymasło,ser żółty,pomidor,herbata,cytryna,woda,mięta,banan</u>
Obiad:	Zupa pieczarkowa z makaronem250g, miruna z pieca60g, ziemniaki150g, mix salat z sosem vinegrette80g, kompot z aronii200g (seler,gluten,nabiał,ryba,jaja)	Składniki: <u>włoszczyzna,masło,cebula,pieczarki,śmietana18%,makaron,pietruszkazielona,rybamiruna,jaja,bułkartarta,olej,ziemniaki,sałatalodowa,szpinak,cebula czerwona,aronia,cukier,przyprawy</u>
Podwieczorek:	Jogurt naturalny150 z płatkami czekoladowymi i borówką amerykańską (nabiał,gluten)	Składniki: <u>jogurt naturalny,płatki czekoladowe,borówka amerykańska</u>