

JADŁOSPIS NA MARZEC 2024 - PRZEDSZKOLE

	Poniedziałek 25,03,2024	składniki
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami ryżowymi 150g, bułka z masłem i dżemem 40g, herbatka rumiankowa Godz.10,00 woda, kiwi (nabiał,gluten)	mleko , płatki ryżowe, bułka pszenna , dżem, rumianek, woda, kiwi
Obiad	Zupa krem z marchewki z grzankami 250g, pieczeń rzymska 60g, fasolka szparagowa na parze 80g, ziemniaki 150g, kompot z aronii 150g (seler,gluten,nabiał,jaja)	marchew, włoszczyzna , masło , śmietana 18% , pietruszka zielona, bułka pszenna , łopatką wp, cebula, czosnek, jaja , fasolka szparagowa, ziemniaki, aronia, cukier, przyprawy
Podwieczorek	Jogurt naturalny z płatkami czekoladowymi i żurawiną 150g (nabiał,gluten)	jogurt naturalny , płatki czekoladowe , żurawina suszona
	Wtorek 26,03,2024	składniki
Śniadanie	Chleb wieloziarnisty z masłem 40g, polędwica sopocka 30g, pomidor, rzodkiewka, sałata zielona 30g, kawa z mlekiem 150g Godz.10,00 woda, jabłko (gluten,nabiał)	chleb wieloziarnisty , masło , polędwica sopocka, pomidor, rzodkiewka, sałata zielona, kawa zbożowa, mleko , woda, jabłko
Obiad	Krupnik 250g, udziec duszony z indyka 60g, kopytka ziemniaczane 150g, sałatka z kapusty czerwonej 80g, kompot wieloowocowy 150g (seler,gluten,jaja,nabiał)	włoszczyzna , masło , kasza jęczmienna , pietruszka zielona, udziec z indyka, cebula, kopytka ziemniaczane , kapusta czerwona, olej, mieszanka kompotowa, cukier, przyprawy
Podwieczorek	Budyń waniliowy z malinami 150g (nabiał,gluten)	budyń waniliowy , mleko , cukier, maliny
	Środa 27,03,2024	składniki
Śniadanie	Zupa mleczna z grysiem 150g, chleb z masłem 40g, pasta twarogowa z tuńczykiem 30g, ogórek kiszony 20g, herbatka z cytryną Godz.10,00 woda, banan (nabiał,gluten,ryba)	mleko , kasza manna , chleb mieszany , masło , twaróg , tuczyk , ogórek kiszony, herbata, cytryna, woda, banan
Obiad	Zupa ryżowa 250g, eskalopki z kurczaka 60g, ziemniaki 150g, surówka z kapusty pekińskiej 80g, kompot wiśniowy 150g (seler,gluten,jaja)	udka z kurczaka, włoszczyzna , ryż, pietruszka zielona, filet z kurczaka, jaja , mąka , olej, ziemniaki, kapusta pekińska, cebula czerwona, papryka św, kukurydza, majonez , wiśnia, cukier, przyprawy
Podwieczorek	Jabłko pieczone z dżemem 1/2szt	jabłka, dżem owocowy
	Czwartek 28,03,2024	składniki
Śniadanie	Chleb graham z masłem 40g, ser żółty 30g, papryka świeża, ogórek zielony 20g, kawa z mlekiem 150g Godz.10,00 woda, gruszka (gluten,nabiał)	chleb graham , masło , ser żółty , papryka świeża, ogórek zielony, kawa zbożowa , mleko , woda, gruszka
Obiad	Zupa koperkowa z zacierką 250g, paluszki rybne 60g, ziemniaki 150g, sałatka wiosenna 80g, kompot wieloowocowy 150g (seler,nabiał,gluten,jaja,ryba)	włoszczyzna , masło , koper , zacierka , śmietana 18% , paluszki rybne , ziemniaki, kapusta, pomidor, ogórek, olej, mieszanka kompotowa, cukier, przyprawa
Podwieczorek	Mus owocowy 100g, chrupki kukurydziane	mus owocowy, chrupki kukurydziane
	Piątek 29,03,2024	składniki
Śniadanie	Mleko 150g, płatki kukurydziane, chleb z masłem 40g, jajko gotowane 1/2szt, warzywka 20g, herbatka z melisy Godz.10,00 woda, jabłko (gluten,nabiał,jaja)	mleko , płatki kukurydziane , chleb , masło , jaja , warzywka, melisa, woda, jabłko
Obiad	Zupa jarzynowa 250g, pierogi z truskawkami i masłem 250g, soczek owocowy 200ml (seler,gluten,nabiał)	mieszanka warzyw 7-składn , śmietana 18% , pietruszka zielona, ziemniaki, pierogi z truskawkami , masło , soczek owocowy
Podwieczorek	Pieczyno wasa z twarogiem 30g i owocami, herbatka owocowa (gluten,nabiał)	pieczywo wasa , twaróg ulubiony , owoce, herbatka owocowa
Składniki potraw do wglądu u intendenci.		