

JADŁOSPIS NA MARZEC 2024 - PRZEDSZKOLE

	Poniedziałek 04,03,2024	składniki
Śniadanie	Zupa mleczna z makaronem 150g, chleb razowy z masłem 40g, polędwica drobiowa 30g, ogórek zielony 20g, herbatka rumiankowa Godz.10,00 woda, banan (nabiał,gluten)	mleko, makaron, chleb razowy, masło , polędwica drobiowa, ogórek zielony, rumianek, woda, banan
Obiad	Żurek z jajkiem i kielbasą 250g, kaszotto z kurczakiem i warzywami 300g, kompot wiśniowy 150g (gluten,seler,nabiał,jaja)	włoszczyzna, masło, ziemniaki, żurek, kielbasa śląska, jaja, śmietana 18% , pietruszka zielona, cebula, kasza bulgur , filet z kurczaka, mieszanka warzyw 7-składn. , olej, wiśnia, cukier, przyprawy
Podwieczorek	Budyń waniliowy z kiwi 150g (nabiał,gluten)	mleko, budyń waniliowy , cukier, kiwi
	Wtorek 05,03,2024	składniki
Śniadanie	Chleb z masłem 40g, ser żółty 30g, pomidor, rzodkiewka, sałata zielona 30g, kawa z mlekiem 150g Godz.10,00 woda, jabłko (gluten,nabiał)	chleb mieszany, masło, ser żółty , pomidor, rzodkiewka, sałata zielona, kawa zbożowa, mleko , woda, jabłko
Obiad	Zupa krem z zielonego groszku z grzankami 250g, kotlet mielony 60g, ziemniaki 150g, buraczki 80g, kompot agrestowy 150g (seler,gluten,nabiał,jaja)	włoszczyzna, masło , groszek zielony mrożony, śmietana 18% ,pietruszka zielona, bułka pszenna , łopatka mielona, jaja , cebula, czosnek, olej, bułka tarta , ziemniaki, buraki, agrest, cukier, przyprawy
Podwieczorek	Ciasto jogurtowe z owocami leśnymi 1p, herbatka owocowa (jaja,gluten,nabiał)	mąka, jaja, jogurt naturalny , olej, mieszanka owocowa, herbatka owocowa, cukier
	Środa 06,03,2024	składniki
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 150g, chleb słonecznikowy z masłem 40g, pasta twarogowa z tuńczykiem 30g, ogórek kiszony 20g, herbatka miętowa Godz.10,00 woda, mandarynka (nabiał, gluten,ryba)	mleko, płatki owsiane, chleb słonecznikowy, masło, twaróg ulubiony, tuńczyk , ogórek kiszony, mięta, woda, mandarynka
Obiad	Zupa ryżowa 250g, schab po węgiersku 60g, kluski śląskie 100g, sałatka z czerwonej kapusty 80g, kompot śliwkowy 150g (seler,gluten)	udka z kurczaka, włoszczyzna , ryż, pietruszka zielona, schab wp, papryka czerwona, cebula, olej, mąka pszenna, kluski śląskie , kapusta czerwona, śliwka, cukier, przyprawy
Podwieczorek	Koktail mleczny z truskawkami 150g, chrupki kukurydziane (nabiał)	jogurt naturalny , truskawki, cukier, chrupki kukurydziane
	Czwartek 07,03,2024	składniki
Śniadanie	Chleb graham z masłem 40g,jajko gotowane 1/2szt, szpinak, papryka świeża, ogórek zielony 30g, kawa z mlekiem 150g Godz.10,00 woda, gruszka (gluten,nabiał)	chleb graham, masło, jaja , szpinak, papryka świeża, ogórek zielony, kawa zbożowa, mleko , woda, gruszka
Obiad	Zupa grochowa z kielbasą 250g, makaron z twarogiem 300g, kompot wieloowocowy 150g (seler,gluten,nabiał)	groch, włoszczyzna, masło , cebula, kielbasa śląska, czosnek, pietruszka zielona, makaron, twaróg , owoc, mieszanka owocowa, cukier, przyprawy
Podwieczorek	Bułka z masłem 30g, pasztet drobiowy 30g, pomidor 20g, herbatka z melisy (gluten,nabiał)	bułka pszenna, masło, pasztet drobiowy , pomidor, melisa
	Piątek 08,03,2024	składniki
Śniadanie	Mleko150g, płatki kukurydziane, chleb wieloziarnisty z masłem 40g, pasta z ciecierzycy z suszonym pomidorem 30g, rzodkiewka 20g, herbatka z melisy Godz.10,00 woda, gruszka (nabiał,gluten)	mleko, płatki kukurydziane, chleb wieloziarnisty, masło , ciecierzycy, pomidory suszone, rzodkiewka, melisa, woda, gruszka
Obiad	Zupa grysikowa 250g, nuggetsy z kurczaka 60g, frytki 200g, mix sałat z sosem vinegrette 80g, soczek owocowy 1szt (gluten,nabiał,jaja)	włoszczyzna, masło, kasza manna, pietruszka zielona, filet z kurczaka, jaja, mąka pszenna, bułka tarta , olej, frytki, sałata lodowa, szpinak, cebula czerwona, rzodkiewka, soczek owocowy, przyprawy
Podwieczorek	Deser jogurtowy z owocami 150g	jogurt naturalny, galaretka owocowa, melon, brzoskwinia, kiwi, banan

Składniki potraw do wglądu u intendenci.