

Składniki zawarte w produktach są dostępne u intendenta przedszkola

Jadłospis od 24 do 28 marca 2025 r.

Poniedziałek 24.03.2025 r.

Śniadanie szklanka mleka 200ml(7) pieczywo mieszane 35g(1) z masłem 5g(7) ser żółty 20g(7)
pomidor 10g, szczypiorek 2g
II śniadanie jabłko 75 g
Obiad zupa zacierkowa z koperkiem 230g(1,9) ziemniaki 150g, gołąbki bez zawijania w
sosie pomidorowym 90g(1) ogórek małosolny 60g, kompot wielowocowy 150g
Podwieczorek chałka z masłem 35g(1,7), mandarynki, herbata

Wtorek 25.03.2025 r.

Śniadanie płatki jęczmienne na mleku 200g(1,7) pieczywo mieszane 35g(1) z masłem 5g(7),
pasta mięsna z chrzanem i szczypiorkiem 20g, ogórek świeży 10g
II śniadanie gruszka 65g
Obiad zupa fasolowa 230g(1,3,9) kurczak pieczony 80g, ziemniaki z koperkiem 150g,
surówka z kapusty czerwonej i jabłka z żurawiną 60g, herbata pokrzywowa 150ml
Podwieczorek kisiel pomarańczowy na bazie soku naturalnego z kleksem jogurtowym 200g(7),
sucharki

Środa 26.03.2025 r.

Śniadanie kawa z mlekiem 200ml(1,7) pieczywo mieszane 35g(1) z masłem 5g(7) szynka
gotowana 20g, papryka czerwona 10g, listek sałaty 3g
II śniadanie pomarańcze 75g
Obiad zupa ryżanka z warzywami 230g(9) spaghetti z sosem bolońskim i mięsem mielonym
200g(1) sałata zielona ze śmietaną 50g(7) herbata miętowa 150ml
Podwieczorek stół szwedzki – pieczywo pszenno – żytnie z masłem 35g(1,7) jajko gotowane,
kabanoski, szynka gotowana, rzodkiewki, sałata, ogórek świeży, herbata bawarka
200ml

Czwartek 27.03.2025 r.

Śniadanie kluski lane na mleku 200g(1,3,7) pieczywo mieszane 35g(1) z masłem 5g(7)
indyk w galarecie 20g, keczup, natka pietruszki
II śniadanie kalarepka 50g
Obiad barszcz czerwony z ziemniakami 230g(9) kluski śląskie 100g z cebulką i
kiełbaską(3)/wyrób własny/ groszek z marchewką 60g, herbata rumiankowa 150ml
Podwieczorek ryż prażony z jabłkiem, jogurtem i cynamonem 200g(7)

Piątek 28.03.2025 r.

Śniadanie kakao na mleku 200ml(7), pieczywo mieszane 35g(1) z masłem 5g(7), twarożek z
rzodkiewką i szczypiorkiem 20g(7)
II śniadanie jabłko 65g
Obiad zupa jarzynowa z brukselką 230g(9) ziemniaki 150g, brzuszek smażony z dorsza
80g(1,3,4) surówka z kapusty kiszzonej, marchewki i jabłka 60g, woda z cytryną
Podwieczorek koktajl kefirowo-truskawkowy 200g(7) bułeczka mini 20g(1) z masłem 4g(7)