Jadłospis przedszkolny

20.10-24.10.2025

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Posiłek** | **Poniedziałek** | **Wtorek** | **Środa** | **Czwartek** | **Piątek** |
| **Śniadanie** | **Chleb biały, graham /mąka-gluten/, masło,** **pasztet /gorczyca,**  **seler/,** ogórek kiszony cebulka zielona /30/ ,  Herbata z cytryną /250/, **kawa zbożowa z mlekiem** /150/  **/gluten/** | **Chleb biały, graham /mąka-gluten/ masło, ser ,** sałata, pomidorki /30/,  miód  herbata owocowa /250/ | **Chleb biały, graham masło /mąka-gluten/**  **Kiełbaski /gorczyca/** na ciepło /70/, keczup /**gorczyca,** **seler**/  Herbata owocowa/250/,  **Mleko** /150/ | **Chleb biały, graham /mąka-gluten/**  **Masło,**  **Twaróg**, rzodkiewka, ogórek zielony /30/  herbata z owocowa /250/ | **Weki /mąka-gluten/, masło** , pastaz jaj cebulka zielona, sałata,  Herbata z cytryną /250/  **Kawa zbożowa**  /**pszenica,**  **jęczmień,**  **żyto/** /150/ |
| **Obiad**  **kcal** | **Zupa grochowa z grzankami**/250/ **/ gluten, seler/**  **Makaron z masłem, serem,** cukrem  **/ gluten/**  /200/ ,  śliwka  kompot /200/  520 | **Zupa** pomidorowa z ryżem  **/seler, /** /250/  Pieczeń z indyka  **/gluten**/ /150/  **Kasza bulgur /gluten/** /100/  Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką, rzodkiewką, koperkiem, kukurydzą70/  kompot /200/  510 | **Zupa grysikowa** **/gluten, seler/** /250/  **Kluski z mięsem, masłem, /jajo /**  pietruszka zielona /250/,  Marchewka do chrupania /60/  kompot /200/  500 | Barszcz z ziemniakami  **/seler/**  **Kotlet schabowy /jajo, gluten/**  /70/  Ziemniaki /100/,  Mizeria z ogórków, **jogurtu**, koperek /70/  kompot/200/  500 | **Kapuśniak z kapusty kiszonej z ziemniakami / seler/** /250/  Kotlety z **ryby** /**jajo, gluten**  **/** 70/  Ziemniaki /150/,  Fasolka szparagowa z **masłem**  /70/  Kompot /200/  510 |
| **Podwieczorek** | Sałatka owocowa,  Wafla ryżowa | Koktajl truskawkowy z **jogurtem**  Paluch kukurydziany | **Serek** | Sok warzywno-owocowy, **rogal ½ /gluten,jajo/** | Mus owocowy |

**Podstawą zup są wywary mięsne (udka z kurczaka) oraz świeże warzywa (marchew, seler, pietruszka, por). Zastrzegamy sobie prawo do modyfikacji jadłospisów.**