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/,miódherbata 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/ ,śliwkakompot /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.**