



# Jadłospis

**2**

## PONIEDZIAŁEK

| ŚNIADANIE  | OBIAD  | PODWIECZOREK  |
|--|--|---|
| <u>Płatki zbożowe z mlekiem 2%</u><br><u>Chalka z masłem</u> i dżemem<br>Suszone jabłuszko<br>Woda | <b>Barszcz Biały z ziemniakami i kielbaską</b><br>(wywar mięsny, <u>włoszczyzna</u> , ziemniaki,<br><u>mąka</u> , <u>śmietana</u> , barszcz biały)<br><b>Ryż</b><br>z musem brzoskwiowym<br><b>Sos jogurtowo-śmietanowy</b><br><b>Sok jabłkowo-wiśniowy 100%</b> | <u>Chleb wieloziarnisty</u><br>z <u>masłem</u><br>Szynka z indyka<br>Ogórek/sałata<br>Herbata z cytryną |
| <b><u>Alergeny:</u></b> gluten, mleko (1,7)  | <b><u>Alergeny:</u></b> gluten, mleko, seler (1,7,9)   | <b><u>Alergeny:</u></b> gluten, mleko (1,7)   |

## WTOREK

| ŚNIADANIE   | OBIAD   | PODWIECZOREK   |
|---|---|--|
| <u>Chleb słonecznikowy</u><br>z <u>masłem</u><br><u>ser żółty</u><br>pomidor/sałata<br>Kawa zbożowa z <u>mlekiem 2%</u><br>Woda | <b>Zupa jarzynowa z ziemniakami</b><br>(wywar mięsny, <u>włoszczyzna</u> , marchewka, fasolka,<br>kalafior, brukselka, ziemniaki, <u>mąka</u> , <u>śmietana</u> )<br><b>Kasza gryczana</b><br><b>Gulasz z Indyka z marchewką i groszkiem</b><br>(filet z indyka, włoszczyzna, marchewka, <u>mąka</u> ,<br>przyprawy)<br><b>Ogórek kiszony</b><br><b>Sok jabłko-porzeczka 100%</b> | Kisiel truskawkowy<br><u>Ciastko kruche</u><br>Banan |
| <b><u>Alergeny:</u></b> gluten, mleko (1,7)   | <b><u>Alergeny:</u></b> gluten, jajka, mleko, seler (1,3,7,9)   | <b><u>Alergeny:</u></b> gluten, jaja, mleko (1,3,7)  |

## ŚRODA

| ŚNIADANIE  | OBIAD  | PODWIECZOREK  |
|--|--|---|
| <u>Makaron z mlekiem 2 %</u><br><u>Rogal z masłem</u><br>i <u>miodem</u><br>mandarynka<br>Woda | <b>Zupa ogórkowa z ziemniakami</b><br>(wywar mięsny, ogórki kiszone, <u>włoszczyzna</u> ,<br>ziemniaki, <u>mąka</u> , <u>śmietana</u> )<br><b>Pierogi z serem</b><br>( <u>mąka</u> , ser biały, jaja)<br><b>Surówka z marchewki i jabłka</b><br><b>Sok jabłkowy 100%</b> | <u>Chleb żytni z masłem</u><br>Szynka z kurcząt<br>Ogórek zielony/pomidor<br>Herbatka z cytryną |
| <b><u>Alergeny:</u></b> gluten, mleko, miód(1,7)   | <b><u>Alergeny:</u></b> gluten, jajka, mleko, seler (1,3,7,9)  | <b><u>Alergeny:</u></b> gluten, mleko (1,7)   |

## CZWARTEK

| ŚNIADANIE   | OBIAD  | PODWIECZOREK  |
|---|--|---|
| <u>Chleb pszenny z masłem</u><br><u>Jajko na twardo</u><br>Rzodkiewka/pomidorki<br>koktajlowe<br>Kawa zbożowa z <u>mlekiem 2%</u><br>Woda | <b>Zupa pieczarkowa z makaronem</b><br>(wywar mięsny, pieczarki, <u>włoszczyzna</u> , <u>makaron</u><br><u>mąka</u> , <u>śmietana</u> )<br><b>Ziemniaki</b><br><b>Kotlet mielony</b><br>(mięso mielone wieprzowe, <u>jajka</u> , <u>bułka</u> , przyprawy)<br><b>Mini marchewka na parze</b><br><b>Sok jabłkowo-gruszkowy 100%</b> | <u>Budyń waniliowy</u><br>Mus truskawkowy<br><u>Biszkopty</u> |
| <b><u>Alergeny:</u></b> gluten, mleko(1,7)  | <b><u>Alergeny:</u></b> gluten, jajka, mleko, seler (1,3,7,9)  | <b><u>Alergeny:</u></b> gluten, jaja, mleko (1,3,7)           |

## PIĄTEK

| ŚNIADANIE  | OBIAD  | PODWIECZOREK  |
|--|--|---|
| <u>Płatki jęczmienne z mlekiem 2%</u><br><u>Grahamka z masłem</u><br>Połudwica miodowa<br>Ogórek kiszony<br>Woda | <b>Kapuśniak ze słodkiej kapusty</b><br>(wywar mięsny, kapusta, ziemniaki, <u>włoszczyzna</u> ,<br>przecier pomidorowy, przyprawy)<br><b>Makaron razowy</b><br>z <b>Tuńczykiem w warzywach</b><br>(brokuł, marchewka, fasolka, <u>tuńczyk</u> , <u>śmietanka</u> , <u>ser</u><br><u>żółty</u> , przyprawy)<br><b>Sok jabłko-porzeczka 100%</b> | <u>Drożdżówka</u><br>Koktajl owocowy<br>( <u>kefir</u> + <u>banan</u> + <u>miód</u> )<br>Jabłko |
| <b><u>Alergeny:</u></b> gluten, mleko(1,7)   | <b><u>Alergeny:</u></b> gluten, jajka, ryby, mleko, seler (1,3,4,7,9)  | <b><u>Alergeny:</u></b> gluten, jaja, mleko, miód<br>(1,3,7)                                    |

Z przyczyn niezależnych od przedszkola jadłospis może ulec zmianom.