

PRZEDSZKOLE - JADŁOSPIS

22- 26 KWIETNIA



PONIEDZIAŁEK

Śniadanie: mleko z płatkami Lion, chleb żytni, sałata, masło, serek almette z ziołami, pomidor, herbata owocowa

Obiad: Zupa ziemniaczana na wędzonce
Potrawka gyros z kurczaka, ryż, surówka coleslaw
Kompot z owocami

Podwieczorek: jogurt grecki z borówkami i kokosem, ciastko zbożowe z jagodami bez cukru, herbata malinowa

WTOREK

Śniadanie: bułka żytnia, sałata, masło, kielbaska krakowska, ogórek, kawa inka

Obiad: Zupa koperkowa z ryżem
Kotlet schabowy, ziemniaki, kapusta zasmażana
Kompot z owocami

Podwieczorek: chleb pszenny, sałata, masło, szynka konserwowa extra, pomidor, czerwona cebulka, mleko czekoladowe

ŚRODA

Śniadanie: mleko z płatkami cheerios, chleb wiejski, sałata, masło, szynka drobiowa, pomidor, herbata owocowa

Obiad: Barszcz czerwony z jajkiem i ziemniakami
Penne z pomidorami i serkiem feta ze świeżą bazylią
Kompot z owocami

Podwieczorek: chleb graham, masło, pasta jajeczna ze szczypiorkiem, kabanos z kurczaka, herbata z cytryną

CZWARTEK

Śniadanie: bułka z pestkami dyni, sałata, masło, pasztet pieczony z królika, ogórek kiszony, kakao

Obiad: Rosół z makaronem
Pierś z indyka pieczona w rozmarynie, ziemniaki, buraczki
Kompot z owocami

Podwieczorek: budyń czekoladowy z granatem, świeży ananas, wafel kukurydziany z polewą jogurtową, herbata malinowa

PIĄTEK

Śniadanie: chleb pszenny, masło, szynka z indyka, ser gouda, dżem owocowy, jajko na twardo, roszponka, pomidorki koktajlowe, ogórek, rzodkiewka, kawa z mlekiem

Obiad: Zupa jarzynowa z zacierką
Pierogi ruskie z masełkiem
Kompot z owocami

Podwieczorek: ciasto ucierane z owocami, pomarańcze, herbata owocowa

ŻYCZYMY SMACZNEGO !!!

Śniadanie – ok 330 kcal, Obiad – ok 450 kcal, Podwieczorek –ok 250 kcal

SKŁAD SUROWCÓW I WYKAZ ALERGENÓW DAŃ OBIADOWYCH

PONIEDZIAŁEK

1. Zupa ziemniaczana na wędzonce

(wędzonka krotoszyńska, ziele angielskie, liść laurowy, papryka mielona, seler, pietruszka, ziemniaki, marchewka, ,
cebula, mąka pszenna, majeranek, kminek mielony)

2. Potrawka gyros z kurczaka, ryż, surówka coleslaw

(filet z kurczaka, cebula, mąka pszenna, śmietana 18%, musztarda, papryka czerwona, , przecier pomidorowy, olej rzepakowy, czosnek, pieprz, sól, liść laurowy, ziele angielskie, papryka mielona, ryż, kapusta biała, marchew, majonez, czosnek, jogurt naturalny)

WTOREK

1. Zupa koperkowa z ryżem

(wywar z kurczaka, masło 82%, marchewka, pietruszka, seler, cebula, ryż, warzywa suszone, koperek, pieprz ziołowy, sól, śmietana 30%.)

1. Kotlet schabowy, ziemniaki, kapusta zasmażana

(schab wieprzowy, mąka pszenna, jaja, bułka tarta pszenna, olej rzepakowy, sól, pieprz, ziemniaki, kapusta kiszona, liść laurowy, ziele angielskie, cebula)

ŚRODA

1. Barszcz czerwony z jajkiem i ziemniakami

(wywar z kurczaka, buraki, botwinka, koncentrat z buraków, ziemniaki, marchewka, pietruszka, seler, cebula, liść laurowy, czosnek, warzywa suszone, , pieprz ziołowy, sól, śmietana 30%, mąka pszenna, jaja)

2. Makaron penne z sosem z pomidorów, serkiem feta i świeżą bazylią

(mąka pszenna, ser feta, pomidory pellatti, przecier pomidorowy, czosnek, cebula, olej rzepakowy, pieprz, sól, bazyliia świeża, bazyliia, oregano)

CZWARTEK

1. Rosół z makaronem

(wywar z kurczaka i mięsa wołowego, , marchewka, cebula, pietruszka, seler, por, pieprz, sól, mąka pszenna, natka)

2. Pierś z indyka pieczona w rozmarynie, ziemniaki, buraczki zasmażane

(filet z indyka, cebula, czosnek, rozmaryn, mąka pszenna, śmietana 30% ziemniaki, mąka ziemniaczana, olej rzepakowy, warzywa suszone, sól, pieprz, ziemniaki, buraki, ocet winny, kminek mielony, cukier)

PIĄTEK

1. Zupa jarzynowa z zacierką

(wywar z kurczaka, masło 82%, marchewka, pietruszka, seler, cebula, fasolka szparagowa, brokuły, kalafior, groszek, warzywa suszone, por,, pieprz ziołowy, sól, mąka pszenna , śmietana 30%.)

1. Pierogi ruskie z omastą

(jaja, mąka pszenna, twaróg półtłusty, masło 82%, ziemniaki, cebula, olej rzepakowy, pieprz, sól)