

PRZEDSZKOLE

tel. +48 694 981 667
MENU: 07-11.08.2023r.

PODSTAWOWA



	PONIEDZIAŁEK (988kcal)	Waga porcji	WTOREK (990kcal)	Waga porcji	ŚRODA (1017kcal)	Waga porcji	CZWARTEK (1052kcal)	Waga porcji	PIĄTEK (998kcal)	Waga porcji
ŚNIADANIE	Płatki kukurydziane Mleko	30g 150ml	Chleb graham Masło Ser biały Świeże warzywa	50g 10g 20g 10g	Chleb pszenny Masło Szyńka podsuszana z indyka Świeże warzywa	50g 1g 20g 10g	Chleb razowy Jajecznicza Świeży pomidor	50g 80g 20g	Chleb graham Masło Twarożek z rzodkiewką	50g 10g 20g
	Weka z masłem	50g	Kawa zbożowa z mlekiem	200ml	Kakao z mlekiem	200 ml	Herbata rooibos	200ml	Herbata z cytryną	200 ml
alergeny	Laktoza, białka mleka krowiego, gluten	328kcal	Laktoza, białka mleka krowiego, gluten	328kcal	Laktoza, białka mleka krowiego, gluten	345kcal	Laktoza, białka mleka krowiego, gluten, białka jaja kurzego	348kcal	Laktoza, białka mleka krowiego, gluten	298kcal
II ŚNIADANIE	Jabłko	100g (47kcal)	Arbuz	100g (36kcal)	Śliwka	100g (47kcal)	Banan	100g (97kcal)	Nektarynka	100g (50kcal)
OBİAD	Zupa pomidorowa z ryżem	250ml	Rosół z makaronem	250ml	Zupa brokułowa z ryżem	250 ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami	250 ml	Zielona zupa warzywna z kaszą jaglaną	250ml
	Łazanki domowe z mięsem wieprzowym	170g	Indyk pieczony z ziołami w sosie warzywnym Kasza pęczak	90g 80g	Pierogi z mięsem wieprzowym polane masłem i cebulką	5 szt	Makaron z domowym sosem z truskawek	170g	Paluszki rybne w panierce Ziemniaki Surówka z kapusty kiszanej	3 szt 120g 50g
	Kompot wieloowocowy	200ml	Kompot wieloowocowy	200 ml	Kompot wieloowocowy	200ml	Kompot wieloowocowy	200 ml	Kompot wieloowocowy	200 ml
alergeny	Laktoza, białka mleka krowiego, seler, gluten	448kcal	seler, gluten, białka jaja kurzego	439kcal	Laktoza, białka mleka krowiego, gluten, seler, białka jaja kurzego	404kcal	Seler, gluten, laktoza, białka mleka krowiego	422kcal	Laktoza, białka mleka krowiego, gluten, seler, białka jaja kurzego, ryby	455kcal
PODW. 1	Chleb razowy Masło Ser gouda Świeże warzywa	30g 5g 20g 10g	Bułeczka maślane Masło Dżem owocowy	30g 5g 20g	Budyń waniliowy	180ml	Chleb pszenny Masło Ser edamski Świeże warzywa	30g 5g 20g 10g	Ciasto domowe marchewkowe	80g
alergeny	Gluten, laktoza, białka mleka krowiego	165kcal	Laktoza, białka mleka krowiego, białka jaja kurzego, gluten	187kcal	laktoza, białka mleka krowiego	221kcal	białka mleka krowiego, laktoza, gluten	185kcal	Gluten, laktoza, białka mleka krowiego, białka jaja kurzego	195kcal

Jadłospis opracowała: mgr Magdalena Sobolewska – dietetyk kliniczny

Zakład produkuje potrawy zawierające gluten, mleko, jaja, soję, sezam, orzechy i ryby, możliwość występowania alergenów w śladowych ilościach.
UWAGA: Ze względu na warunki pogodowe rodzaj owoców podawanych na II podwieczerek może ulec zmianie.

