

JADŁOSPIS - RÓWNE PRZEDSZKOLAKI - dieta BM

DZIEŃ	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK 09.02 ALERGENY: <u>1, 3, 9</u>	Płatki jaglane na mleku migdałowym 200ml, chleb graham 60g, masło roślinne 10g, miód 20g, herbata z cytryną 150ml	owoc, woda 100 ml	Zupa barszcz ukraiński z ziemniakami i zieleniną niezabielany 250ml, knedle z owocami – 2 szt, kompot z owoców mieszanych 150ml	Kanapka z dodatkami (wzka z masłem roślinnym, wędlina drobiowa, pomidorki koktajlowe)
WTOREK 10.02 ALERGENY: <u>1, 3, 9</u>	Chleb wiejski 60g, masło roślinne 10g, kiełbasa szynkowa 30g, ogórek świeży 10g, herbata owocowa 150ml	owoc, woda 100 ml	Zupa krem z białych warzyw z zieleniną niezabielany 250ml, filet z kurczaka w sosie koperkowym niezabielany 100g, ziemniaki 150g, surówka z czerwonej kapusty 75g, kompot z owoców mieszanych 150ml	Budyń śmietankowo-waniliowy na mleku migdałowym z tartą czekoladą
ŚRODA 11.02 ALERGENY: <u>1, 3, 9</u>	Chleb graham 60g, masło roślinne 10g, polędwica sopocka 30g, pomidor 10g, herbata z cytryną 150ml	owoc, woda 100 ml	Zupa zalewajka z ziemniakami, włoszczyzną i zieleniną niezabielana 250ml, gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym niezabielany – 2 szt, kompot z owoców mieszanych 150ml	Jogurt kozi z musem jabłkowym
CZWARTEK 12.02 ALERGENY: <u>1, 3, 9</u>	Bułka kajzerka 60g, masło roślinne 10g, pasta z koziego serka z tartym ogórkiem, czosnkiem i szczypiorkiem 30g, papryka kolorowa 10g, herbata owocowa 150ml	owoc, woda 100 ml	Zupa brokułowa z makaronem, włoszczyzną i zieleniną niezabielana 250ml, kurczak pieczony (podudzie) 75g, ziemniaki 150g, buraczki 75g, kompot z owoców mieszanych 150ml	Pączek z nadzieniem różanym – wypiek kuchni
PIĄTEK 13.02 ALERGENY: <u>1, 3, 4, 9</u>	Chleb graham 60g, masło roślinne 10g, pasta rybna z warzywnymi dodatkami 30g, herbata z cytryną 150ml	owoc, woda 100 ml	Zupa krupnik z kaszą, włoszczyzną i zieleniną niezabielany 250ml, makaron łazanki z kielbaską i kapustą kiszoną 200g, kompot z owoców mieszanych 150ml	Przekąska zbożowa, mandarynka

Z przyczyn od nas niezależnych zastrzega się zmiany w jadłospisie za które bardzo przepraszamy