

Jadłospis 11 – 15 III 2024

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
11/03/2024 Poniedziałek	Płatki żytnie na mleku (200ml), pieczywo mieszane z masłem i poledwicą sopocką (42g), ogórek kiszony (30g), herbata z miodem (150ml), jabłko (1/2 szt.)	Kalafiorowa z ziemniakami (250ml), pierogi z truskawkami i polewą jogurtową (170g), marchewka do chrupania (25g), herbata miętowa (200ml),	Bułka grahamka z pastą jajeczną (68g), papryka żółta, roszonek (30g), herbata owocowa (200ml)
12/03/2024 Wtorek	Kawa zbożowa na mleku (200ml), pieczywo mieszane z pastą z zielonego groszku z bazylią (75g), pomidor (30g), herbata z miodem (150ml), gruszka (1/2 szt.)	Pieczarkowa z makaronem (250ml), pieczeń rzymska (105g), ziemniaki (120g), buraczki duszone (100g), kompot owocowy (200ml),	Bułka z masłem (30g), jogurt naturalny z borówką (150g), herbata owocowa (200ml)
13/03/2024 Środa	Płatki kukurydziane na mleku (200ml), pieczywo mieszane z masłem i serem żółtym (45g), ogórek zielony, sałata (30g), herbata z miodem (150ml), jabłko (1/2 szt.)	Ziemniaczana z pomidorami (250ml), eskalopki drobiowe w sosie śmietanowo-ziołowym (140g), kasza kuskus (40g), sałata z sosem winegret (50g), kompot owocowy (200ml)	Bułka z twarogiem (90g), melon (80g), herbata owocowa (200ml)
14/03/2024 Czwartek	Kakao na mleku (200ml), pieczywo mieszane z masłem i jajkiem gotowanym (75g), rzodkiewka, kiełki (30g), herbata z miodem (150ml), jabłko (1/2 szt.)	Koperkowa z ziemniakami (250ml), spaghetti z sosem warzywno-mięsny (150g), makaron razowy (40g), ogórek zielony w kawałku (50g), napój lipowy (200ml),	Bułka z masłem (30g), deser brzoskwiowy z sosem jogurtowo-miodowym (107g), herbata owocowa (200ml)
15/03/2024 Piątek	Kasza manna na mleku (200ml), pieczywo mieszane z twarogiem (45g), papryka, szczypiorek (30g), herbata z miodem (150ml), jabłko (1/2 szt.)	Zacierkowa z jarzynami (250ml), ryba pieczona (100g), ziemniaki (120g) surówka z kapusty kiszonej (100g), kompot owocowy (200ml),	Chałka z masłem (35g), gruszka (1/2 szt.), herbata owocowa (200ml)

Dzieci mają stały dostęp do wody niegazowanej butelkowej

Alergeny: zboża, jaja, ryby, mleko, orzechy, seler, cytrusy

** jadłospisy mogą ulegać zmianie.*

Jadłospis 18 – 22 III 2024

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
18/03/2024 Poniedziałek	Gwiazdki na mleku (200ml), pieczywo mieszane z serkiem almette (68g), papryka (30g), herbata z miodem (150ml), jabłko (1/2 szt.)	Zarzutka z ziemniakami (250ml), kluski leniwe z sosem maślano-miodowym (168g), surówka z marchewki i jabłka (100g), herbatka miętowa (200ml),	Bułka grahamka z pastą z makreli wędzonej (40g), pomidor, szczypiorek (30g), herbata owocowa (200ml)
19/03/2024 Wtorek	Kawa zbożowa na mleku (200ml), pieczywo mieszane z pastą jajeczną (78g), rzodkiewka, kiełki (30g), herbata z miodem (150ml), melon (80g)	Krem z brokułów z grzankami (250ml), szynka pieczona w sosie własnym (100g), kasza bulgur (40g), surówka z cykorii i jabłka z pomarańczą (100g), kompot owocowy (200ml),	Bułka z masłem i twarożkiem (30g) jabłko pieczone z miodem i cynamonem (1/2 szt.) herbata owocowa (200ml)
20/03/2024 Środa	Płatki owsiane na mleku (200ml), pieczywo mieszane z masłem i szynką drobiową (45g), papryka, sałata (30g), herbata z miodem (150ml), gruszka (1/2 szt.)	Pomidorowa z makaronem (250ml) kotlet z soczewicy (100g), ziemniaki (120g), mizeria z rzodkiewką z jogurtem (100g), kompot owocowy (200ml),	Budyń czekoladowy (230g), herbata owocowa (200ml)
21/03/2024 Czwartek	Kakao na mleku (200ml), pieczywo mieszane z pastą słonecznikową (75g), ogórek zielony, kiełki (30g), herbata z miodem (150ml), jabłko (1/2 szt.)	Barszcz czerwony z ziemniakami (250ml), kurczak pieczony w ziołach (90g), ryż brązowy na sypko (40g), surówka z selera z rodzynkami (100g), napój lipowy (200ml),	Bułka z masłem (30g), jogurt truskawkowy (160g), herbata owocowa (200ml)
22/03/2024 Piątek	Płatki ryżowe na mleku (200ml), pieczywo mieszane z twarożkiem ze szczypiorkiem (45g), pomidor (30g), herbata z miodem (150ml), jabłko (1/2 szt.)	Cytrynowa z ryżem (250ml), pieczeń rybna (135g), ziemniaki (120g) surówka z pora i marchewki (100g), kompot wieloowocowy (200ml),	Ciasto drożdżowe z kruszonką (40g), banan (1/2 szt.), herbata owocowa (200ml)

Dzieci mają stały dostęp do wody niegazowanej butelkowej

Alergeny: zboża, jaja, ryby, mleko, orzechy, seler, cytrusy

** jadłospisy mogą ulegać zmianie.*