

Jadłospis 18 – 22 września 2023

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
18/09/2023 Poniedziałek	Płatki owsiane na mleku (200ml), pieczywo mieszane z serkiem almette (70g), pomidor (30g), herbata z miodem (150ml), jabłko (1/2 szt.)	Zarzutka z ziemniakami (250ml), pierogi z serem, śmietaną i malinami (200g), kalarepka do chrupania (25g), herbatka miętowa (200ml),	Bułka grahamka z pastą mięsną (75g), ogórek małosolny (30g), herbata owocowa (200ml)
19/09/2023 Wtorek	Kawa zbożowa na mleku (200ml), pieczywo mieszane z masłem i serem żółtym (90g), papryka (30g), herbata z miodem (150ml), arbuz (100g)	Ryżanka z jarzynami (250ml), gołąbki w sosie pomidorowym (105g), ziemniaki (150g), ogórek zielony w kawałku (100g), kompot owocowy (200ml),	Bułka z masłem (50g), deser brzoskwinowy z sosem jogurtowo-miodowym (107g), herbata owocowa (200ml)
20/09/2023 Środa	Płatki żytnie na mleku (200ml), pieczywo mieszane z kielbaską żywiecką (68g), ogórek zielony (30g), herbata z miodem (150ml), arbuz (100g)	Krupnik z kaszy jęczmiennej (250ml), makaron ze szpinakiem i serem twarogowym (195g), kompot owocowy (200ml),	Bułka z masłem (50g), kisiel truskawkowy z jabłkiem (180g), herbata owocowa (200ml)
21/09/2023 Czwartek	Kakao na mleku (200ml), pieczywo mieszane z pastą z cieciorki (82g), ogórek kiszony (30g), herbata z miodem (150ml), jabłko (1/2 szt.)	Krem z cukinii z pestkami dyni i słonecznika (200ml), filet z indyka pieczony w sosie śmietanowym (155g), ryż na sypko (40g), sałatka z pomidora (100g), napój lipowy (200ml),	Bułka z masłem (30g), jogurt z płatkami kukurydzianymi i borówką (170g), herbata owocowa (200ml)
22/09/2023 Piątek	Zacierki na mleku (200ml), pieczywo mieszane z pastą jajeczną (85g), rzodkiewka (30g), herbata z miodem (150ml), gruszka (1/4 szt.)	Pieczarkowa z gwiazdką (250ml), pieczeń rybna (100g), ziemniaki (150g) surówka z cykorii i jabłka z pomarańczą (100g), kompot wieloowocowy (200ml),	Bułka z twarożkiem i nutellą domową (85g), herbata owocowa (200ml)

Dzieci mają stały dostęp do wody niegazowanej butelkowej

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

** jadłospisy mogą ulegać zmianie.*

Jadłospis 25 – 29 września 2023

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
25/09/2023 Poniedziałek	Płatki ryżowe na mleku (200ml), pieczywo mieszane z masłem i serem żółtym (68g), ogórek małosolny (30g), herbata z miodem (150ml), jabłko (1/2 szt.)	Kalafiorowa z ziemniakami (250ml), kluski leniwe z sosem maślano-miodowym (170g), surówka z marchewki i jabłka (100g), herbatka miętowa (200ml),	Bułka grahamka z pastą z makreli wędzonej (75g), pomidor (30g), herbata owocowa (200ml)
26/09/2023 Wtorek	Kawa zbożowa na mleku (200ml), pieczywo mieszane z pastą słonecznikową (85g), papryka żółta (30g), herbata z miodem (150ml), gruszka (1/4 szt.)	Fasolowa z ziemniakami (250ml), bitki schabowe w sosie chrzanowym (115g), kasza jęczmienna (40g), marchewka duszona (50g), ogórek zielony (50), kompot wieloowocowy (200ml),	Kasza manna z sosem truskawkowym (270g), herbata owocowa (200ml)
27/09/2023 Środa	Gwiazdki na mleku (200ml), pieczywo mieszane z masłem i szynką (68g), rzodkiewka (30g), herbata z miodem (150ml), jabłko (1/2 szt.)	Pomidorowa z ryżem (250ml) kotlet jajeczny (175g), ziemniaki (150g), mizeria z jogurtem (100g), kompot wieloowocowy (200ml),	Bułka owsiana z twarożkiem na słodko (65g), banan (1/2 szt.), herbata owocowa (200ml)
28/09/2023 Czwartek	Kakao na mleku (200ml), pieczywo mieszane z twarożkiem ze szczypiorkiem (90g), ogórek zielony (30g), herbata z miodem (150ml), arbus (100g)	Zupa porowo-ziemniaczana (200ml), kurczak pieczony (100g), ryż brązowy (40g), sałata lodowa z rzodkiewką i jogurtem (100g), napój lipowy (200ml),	Rogalik z masłem (1/2 szt.), mus jabłkowy (115g), herbata owocowa (200ml)
29/09/2023 Piątek	Płatki kukurydziane na mleku (200ml), pieczywo mieszane z masłem i jajkiem gotowanym (80g), papryka (30g), herbata z miodem (150ml), jabłko (1/2 szt.)	Zacierkowa z jarzynami (250ml), ryba pieczona z warzywami w pomidorach (180g), ziemniaki (150g) ogórek kiszony (50g), kompot wieloowocowy (200ml),	Ciasto marchewkowe (100g), herbata owocowa (200ml)

Dzieci mają stały dostęp do wody niegazowanej butelkowej

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

** jadłospisy mogą ulegać zmianie.*