

Jadłospis 02 – 06 X 2023

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
02/10/2023 Poniedziałek	Płatki owsiane na mleku (200ml), pieczywo mieszane z serkiem almette (70g), ogórek małosolny (30g), herbata z miodem (150ml), jabłko (1/2 szt.)	Brokułowa z ziemniakami (250ml), pierogi z truskawkami i polewą śmietanową (200g), kalarepka do chrupania (25g), herbatka miętowa (200ml),	Bułka grahamka z pastą z makreli wędzonej (75g), pomidorki koktajlowe (30g), herbata owocowa (200ml)
03/10/2023 Wtorek	Kawa zbożowa na mleku (200ml), pieczywo mieszane z pastą jajeczną (90g), papryka (30g), herbata z miodem (150ml), arbuz (100g)	Krem z dyni z grzankami (250ml), szynka pieczona w sosie (110g), kasza gryczana (40g), sałatka z ogórka zielonego i rzodkiewki (100g), kompot owocowy (200ml),	Bułka owsiana z masłem (50g), budyń czekoladowy (230g), herbata owocowa (200ml)
04/10/2023 Środa	Płatki żytnie na mleku (200ml), pieczywo mieszane z masłem i polędwicą (68g), pomidor (30g), herbata z miodem (150ml), arbuz (100g)	Pieczarkowa z gwiazdką (250ml), pieczeń z indyka (95g), ziemniaki (150g), surówka z kapusty pekińskiej (100g), kompot owocowy (200ml),	Bułka orkiszowa z masłem (50g), koktajl bananowo-truskawkowy (250g), herbata owocowa (200ml)
05/10/2023 Czwartek	Kakao na mleku (200ml), pieczywo mieszane z twarogiem (90g), rzodkiewka (30g), herbata z miodem (150ml), banan (1/2 szt.)	Koperkowa z ziemniakami (250ml), spaghetti z sosem warzywno-mięsny (160g), makaron razowy (40g), ogórek małosolny (50g), napój lipowy (200ml),	Zapiekanka z serem żółtym (75g), ketchup (5g), herbata owocowa (200ml)
06/10/2023 Piątek	Zacierki na mleku (200ml), pieczywo mieszane z pastą z soczewicy (75g), ogórek zielony (30g), herbata z miodem (150ml), jabłko (1/2 szt.)	Cytrynowa z ryżem (250ml), burgery rybne (100g), ziemniaki (150g) surówka z czerwonej kapusty (100g), kompot wieloowocowy (200ml),	Chałka z masłem (70g), 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.*

Jadłospis 09 – 13 X 2023

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
09/10/2023 Poniedziałek	Kasza manna na mleku (200ml), pieczywo mieszane z masłem i serem żółtym (68g), ogórek małosolny (30g), herbata z miodem (150ml), jabłko (1/2 szt.)	Grochowa z ziemniakami (250ml), makaron z serem, śmietaną i malinami(170g), marchewka do chrupania (25g), herbatka miętowa (200ml),	Bułka grahamka z pastą z makreli wędzonej i jajka (75g), pomidorki koktajlowe (30g), herbata owocowa (200ml)
10/10/2023 Wtorek	Kawa zbożowa na mleku (200ml), pieczywo mieszane z pastą brokułową (85g), papryka żółta (30g), herbata z miodem (150ml), gruszka (1/4 szt.)	Ogórkowa z ziemniakami (250ml), gulasz wołowy (145g), kasza kuskus (40g), sałatka z pomidora (100g), kompot wieloowocowy (200ml),	Deser bananowy z twarożkiem posypany czekoladą (140g), wafelek ryżowy (10g), herbata owocowa (200ml)
11/10/2023 Środa	Płatki ryżowe na mleku (200ml), pieczywo mieszane z masłem i szynką (68g), papryka (30g), herbata z miodem (150ml), gruszka (1/2 szt.)	Pomidorowa z makaronem (250ml) kotlet pożarski (112g), ziemniaki (150g), mizeria z jogurtem (100g), kompot wieloowocowy (200ml),	Bułka owsiana z masłem (30g), jabłko pieczone z miodem i cynamonem (1/2 szt.), herbata owocowa (200ml)
12/10/2023 Czwartek	Kakao na mleku (200ml), pieczywo mieszane z twarożkiem ze szczypiorkiem (90g), rzodkiewka (30g), herbata z miodem (150ml), jabłko (100g)	Barszcz czerwony zabieleny (250ml), kotleciki z kurczaka (80g), ryż na sypko (40g), surówka z selera i jabłka z rodzynkami (100g), napój lipowy (200ml),	Bułka orkiszowa z masłem (40g), jogurt truskawkowy (150g), herbata owocowa (200ml)
13/10/2023 Piątek	Płatki kukurydziane na mleku (200ml), pieczywo mieszane z masłem i jajkiem gotowanym (80g), pomidor (30g), herbata z miodem (150ml), jabłko (1/2 szt.)	Krupnik (250ml), ryba pieczona (100g), ziemniaki (150g) surówka z kapusty kiszanej (100g), kompot wieloowocowy (200ml),	Bułka z masłem (30g), sałatka owocowa (200g), herbata owocowa (200ml)

Dzieci mają stały dostęp do wody niegazowanej butelkowej

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

** jadłospisy mogą ulegać zmianie.*