

Jadłospis dekadowy przedszkola od 4 – 15 czerwca 2018r.

Data Dzień tygodnia	Śniadanie Rozdział energii 25 %	Drugie danie + owoc Rozdział energii 30 %	Zupa + podwieczorek Rozdział energii 20 %
Poniedziałek 04-06-2018	Pieczywo (gluten) wieloziarniste z twarożkiem dżemem, mielonka, owoc sezonowy, herbata zielona	Młode ziemniaki z koperkiem, kotlet pożarski, sałata ze śmietaną , kompot rabarbarowy, ½ banana	Chłodnik z jajkiem Chałka (gluten) z rodzynkami, kisiel z owocami, woda
Wtorek 05-06-2018	Chleb (gluten) pszenno żytni z polędwicą drobiową sałata, ogórek zielony, ½ jabłka herbata malinowa	Kasza jaglana, pieczeń z karczku w sosie śliwkowym, surówka z kapusty młodej, kompot truskawkowy, winogrona	Zupa – krem z marchwi, buraka z grozkiem ptysiowym, bułka weka z plasterkami banana i kiwi, herbata lipowa z miodem
Środa 06-06-2018	Chleb orkiszowy z masłem , jajecznicą ze szczypiorkiem, wędlina, pomidorek cherry kakao /herbata	Gołąbki z ryżem i mielonym mięsem, sos (gluten) pomidorowy, ziemniaki z koperkiem, ½ jabłka kompot	Zupa pieczarkowa (seler , mleko) z ziemniakami Ciasto biszkoptowe z truskawkami, posypane cukrem pudrem, woda
Czwartek 07-06-2018	Płatki owsiane na mleku z rodzynkami, jabłkiem i cynamonem, Kanapka z sałata i serem żółtym, ½ banana, herbata	Makaron kokardki z filetem z kurczaka, świeżym szpinakiem polany sosem czosnkowym, mix ziaren: słonecznik, dynia, orzech kompot wieloowocowy	Zupa z cukinii (seler) galaretką z owocami, biszkopcik (gluten) woda
Piątek 08-06-2018	Kasza kuskus na mleku , twarożek ze szczypiorkiem, rzodkiewką, koperkiem, bułka pszenna z szynką gotowaną, herbata ROOIBOS	Świeży łosoś z pieca, młode ziemniaki z koperkiem, surówka wielowarzywna, Napar ziołowy z imbirem, ½ jabłka	Zupa pomidorowa (seler , mleko) z makaronem literki, sałatka ze świeżych, sezonowych owoców, wafel ryżowy, herbata owocowa woda
Poniedziałek 11-06-2018	Płatki ryżowe na mleku , pieczywo z masłem , pasta jajeczna ze szczypiorkiem, melon, herbata miętowa z cytryną	Spaghetti bolognese ze świeżą bazylią i parmezanem , sałata masłowa z oliwą z oliwek, kompot jabłkowy z cynamonem, borówki amerykańskie	Zupa (seler mleko) ze świeżych zielonych szparagów, babka (pszenica jaja) cytrynowa- <i>wyrób własny</i> kisiel do picia, woda
Wtorek 12-06-2018	Kakao z mlekiem , szwedzki stół: wędlina, ser żółty, jajko, twarożek , dżem, sałata, rzodkiewka, pomidor, ogórek, herbata	Młode ziemniaki z koperkiem, kotlet schabowy po parysku, mizeria ze śmietaną , rzodkiewką, szczypiorkiem, kompot czereśniowy, arbus	Rosół (seler) z makaronem , truskawki z bitą śmietaną , pałka kukurydziana, woda
Środa 13-06-2018	Kanapka z masłem , makrela wędzona, ogórek, koperek, ½ mandarynki Herbata ziołowa	Naleśniki (mleko, pszenica, jaja) z serem białym, polewą ze świeżych truskawek, kompot, melon	Zupa grochowa (seler) z kiełbaską, kanapka z wędliną drobiową, ogórek małosolny, herbata grejpfrutowa
Czwartek 14-06-2018	Kaszka kukurydziana na mleku , bułka wieloziarnista, powidła śliwkowe, miód, słupki marchewki, herbata z cytryną	Kasza pęczak z sosem pieczarkowym, bitki z szynki wieprzowej, fasolka szparagowa żółta z masełkiem i bułką tartą, lemoniada cytrynowa, ½ banana	Zupa cebulowa (seler) z grzankami , paluszek serowy, sałata, pomidor, chrupkie pieczywo, herbata
Piątek 15-06-2018	Weka wieloziarnista z masłem , pieczeń rzymska <i>wyrób własny</i> , sałata rukola, ogórek, ½ jabłka herbata, kawa inka (mleko)	Sola smażona, młode ziemniaki z koperkiem, surówka z kiszanej kapusty, napar z lipy osłodzony miodem ½ jabłka	Żurek (seler , mleko) z ziemniakami, jajkiem , na białej kiełbasce, kasza manna (gluten) z musem owocowym, herbatnik , woda

St. Intendent ZSP-4 ***Dzieci z nietolerancją pokarmów otrzymują posiłki zamienne.***

Dyrektor zastrzega zmiany w jadłospisie.

Zaznaczono alergeny zgodnie z rozporządzenie 1169/2011