

JADŁOSPIS

DLA DZIECI PRZEDSZKOLNYCH OD 14.10.2019 DO 18.10.2019

PONIEDZIAŁEK 14.10.2019

1. **ŚNIADANIE** : Chleb pszenny / jaglany (50g) z masłem (5g), pasta z rzodkiewki, jajka i sera żółtego (40g), herbata z sokiem owocowym (200ml); *Alergeny: gluten, mleko, jaja, **
2. **OBIAD** : Zupa pomidorowa z makaronem muszelki i natką pietruszki (250ml), kopytka z masłem i cukrem (150ml); *Alergeny: gluten, jaja, mleko, seler, **
3. **PODWIECZOREK**: Serek Danio (140g); *Alergeny: mleko, **

WTOREK 15.10.2019

1. **ŚNIADANIE**: Chleb pszenny / chleb żytni (50g) z masłem (5g), kiełbaski orawskie na gorąco (1 szt.), ketchup, papryka świeża, herbata owocowa (200ml);
*Alergeny: gluten, mleko, jaja, **
2. **OBIAD**: Krupnik z kaszą jęczmienną zabieleny (250ml), filet z kurczaka w cieście z curry (120g), surówka z kapusty białej z marchewką i jabłkiem (100g), ziemniaki (100g), kompot wieloowocowy (150ml); *Alergeny: gluten, mleko, jaja, seler, **
3. **PODWIECZOREK**: Wafle andruty z miodem, sok wieloowocowy (150ml); *Alergeny: gluten, jaja, **

ŚRODA 16.10.2019

1. **ŚNIADANIE** : Chleb pszenny / chleb Jagielloński (50g) z masłem (5g), twarożek ze szczypiorkiem (30g), pomidorki koktajlowe, herbata owocowa (200ml);
*Alergeny: gluten, mleko, **
2. **OBIAD** : Rosół z makaronem literki i natką pietruszki (250ml), pieczeń wieprzowa z szynki z sosem (130g), sałatka z kapusty czerwonej (100g), ziemniaki puree (100g);
*Alergeny: gluten, mleko, jaja, seler, **
3. **PODWIECZOREK**: Sałatka owocowa: banan, winogrona, jabłko (150g); *Alergeny: brak.*

CZWARTEK 17.10.2019

1. **ŚNIADANIE** : Chleb pszenny / chleb słonecznikowy (50g) z masłem (5g), ser wędzony (20g), szynka konserwowa (20g), ogórek zielony, herbata z cytryną (200ml);
*Alergeny: gluten, mleko, **
2. **OBIAD** : Zupa-krem z brokułów z groszkiem ptysiowym (250ml), potrawka z kurczaka z warzywami (150g), ryż na sypko (100g), kompot wieloowocowy (150ml);
*Alergeny: gluten, mleko, seler, **
3. **PODWIECZOREK**: Galaretki wiśniowa (150 ml), czekolada gorzka (2 kostki);
*Alergeny: lecytyna sojowa, **

PIĄTEK 18.10.2019

1. **ŚNIADANIE** : Bułeczki cynamonowe (50g) z masłem (5g), dżem z bzu czarnego (30g), miód (20g), kakao (200ml); *Alergeny: gluten, mleko, **
2. **OBIAD** : Zupa szpinakowa z lanym ciastem (250ml), filet z miruny panierowany (100g), fasolka szparagowa z masłem oprószona bułką tartą, ziemniaki puree;
*Alergeny: gluten, mleko, jaja, seler, ryba, **
3. **PODWIECZOREK**: Actimel (100g), herbatniki Be Be (16g); *Alergeny: gluten, mleko, soja, **

ZASTRZEGA SIĘ ZMIAN W JADŁOSPISIE.