

# Jadłospis dla przedszkola 18.11 – 22.11.2024

## PONIEDZIAŁEK 18.11

**Śniadanie:** Mleko 2% (200g), płatki cynamonowe (15g), pieczywo (50g)(**m.pszenna**), masło (5g)(**mleko**), ser mozzarella (15g), pomidor (25g), ogórek (25g), herbata z cytryną (180ml).

**Obiad:** Zupa kalafiorowa z makaronem na wywarze warzywnym (250ml)(**seler, mleko, m.pszenna**).  
Strogonow (200g)(**m.pszenna**) z pieczywem (25g)(**m.pszenna**), kompot (180ml), woda źródlana.

**Podwieczorek:** Kajzerka (30g)(**m.pszenna**), masło (5g)(**mleko**), miód (10g), actimel (100g)(**mleko**), jabłko (50g), woda (180ml).

## WTOREK 19.11

**Śniadanie:** Pieczywo (50g)(**m.pszenna**), masło (5g)(**mleko**), parówki drobiowe (25g), ketchup (5g)(**seler**), rzodkiewka (25g), papryka (25g), kawa zbożowa na **mleku** (160ml).

**Obiad:** Krem z groszku zielonego na wywarze warzywnym (250ml)(**mleko, seler**) z grzankami (12g)(**m.pszenna**).

Bitki wieprzowe (80g)(**m.pszenna**), ziemniaki puree (80g)(**mleko**), surówka z marchewki i jabłka (70g)(**mleko**), kompot (180ml). Woda źródlana.

**Podwieczorek:** Drożdżówka z budyniem (45g)(**m.pszenna, mleko, jaja**), gruszka (50g), herbata z cytryną (180ml).

## ŚRODA 20.11

**Śniadanie:** Mleko 2% (200g) z płatkami **jęczmienne** (15g), pieczywo (50g)(**m.pszenna**), masło(5g)(**mleko**), szynka drobiowa (15g), marchewka (25g), pomidor (25g), herbata owocowa (180ml).

**Obiad:** Zupa jarzynowa z lanym ciastem na wywarze warzywnym (250ml)(**seler, mleko, jaja, m.pszenna**).  
Pampuchy z marmoladą w sosie jogurtowo-waniliowym (120g)(**mleko, m.pszenna, jaja**), kompot (180ml), woda źródlana.

**Podwieczorek:** : Ciasto biszkoptowe z owocami (50g)(**m.pszenna, jaja**), koktajl owocowy (100g)(**mleko**), woda (180ml).

## CZWARTEK: 21.11

**Śniadanie:** Pieczywo (50g)(**m.pszenna**), masło (5g)(**mleko**), pasztet drobiowy (15g)(**pszenica, soja, seler**), pomidorki koktajlowe (25g), kalarepa (25g), kakao na **mleku** (180ml).

**Obiad:** Zupa koperkowa z ryżem na wywarze warzywnym (250ml)(**mleko, seler**).

Indyk pieczony w sosie własnym (140g)(**m.pszenna**), kasza bulgur (50g)(**pszenica**), sałatka letni ogród (80g)(**pszenica, jęczmień, soja, mleko, seler**), kompot (180ml), woda źródlana.

**Podwieczorek:** Chałka (40g)(**jaja, m.pszenna**) z masłem (5g)(**mleko**), dżem truskawkowy (10g), kiwi (50g), herbata z cytryną (180ml).

## PIĄTEK: 22.11

**Śniadanie:** Mleko 2% (200g) z płatkami czekoladowymi (15g)(**pszenica, jęczmień, owies, soja, mleko, orzechy**), pieczywo (50g)(**m. pszenna**), masło (5g)(**mleko**), jajko gotowane (50g)(**mleko**), rzodkiewka (25g), ogórek (25g), herbata owocowa (180ml).

**Obiad:** Zupa grysikowa na wywarze warzywnym (250ml)(**pszenica, seler**).

Ryba panierowana (75g)(**jaja, m. pszenna, pszenica, miruna**), ziemniaki puree (80g)(**mleko**), surówka z pomidora ze szczypiorkiem (80g), kompot (180ml). Woda źródlana.

**Podwieczorek:** Weka (30g)(**pszenica, mleko**) z masłem (5g)(**mleko**), serek waniliowy (15g)(**mleko**), mandarynka (50g), herbata z cytryną (180ml).

**Alergeny w składzie posiłków są zaznaczone pogrubioną czcionką i umieszczone w nawiasie.**

**Kuchnia zastrzega sobie możliwość modyfikacji jadłospisu**

