

JADŁOSPIS JESIENNO – ZIMOWY 2022/2023

	<b>ŚNIADANIE</b>	<b>OBIAD</b>	<b>PODWIECZOREK</b>
1. Pon	<b>Kanapka: pieczywo mieszane, masło, ser żółty, pomidor, woda z imbirem (1,7)</b> <b>Dieta: kanapka z wędliną (1,6)</b> Przekąska	<b>Zupa: serowo – cebulowa z żytnimi grzankami (1,7,9)</b> <b>Dieta: zupa cebulowa z żytnimi grzankami (1,9)</b> <b>II danie: udziec indyczy pieczony w sosie chrzanowym, kasza gryczana, surówka z pora, marchwi i jabłka, kompot z czerwonej porzeczki (1,3,7)</b>	<b>Racuchy z jabłkami, budyń (1,3,7)</b> <b>Dieta: kisiel</b>
2. Wt	<b>Zupa mleczna: płatki owsiane na mleku (1,7)</b> <b>Kanapka: bagietka, masło, dżem (1,7)</b> <b>Dieta: płatki owsiane na mleku sojowym (1,6)</b> Przekąska	<b>Zupa: barszcz ukraiński (1,7,9)</b> <b>II danie: kotlet mielony z pieca, ziemniaki, ogórek kiszony, kompot wieloowocowy (1,3)</b>	<b>Kanapka: pieczywo mieszane, masło, rolada drobiowa (wyrób własny), mix warzyw, bawarka (1,3,7)</b> <b>Dieta: herbata ziołowa.</b>
3. Śr	<b>Kanapka: pieczywo mieszane, masło, krakowska sucha, sałata lodowa, mleko (1,6,7,10)</b> <b>Dieta: herbata z melisy.</b> Przekąska	<b>Zupa: żurek z kielbaską (1,3,7,9,10)</b> <b>II danie: naleśniki z serem i śmietaną, woda z miodem i cytryną (1,3,7)</b> <b>Dieta: naleśniki z dżemem (1,3)</b>	<b>Kanapka: pieczywo mieszane, masło, pasta z pieczonych warzyw (wyrób własny), ogórek kiszony, herbata malinowa (1,7,9)</b>
4. Cz	<b>Kanapka: pieczywo mieszane, masło, serek ziołowy, papryka, kawa zbożowa (1,7)</b> <b>Dieta: kanapka z wędliną (1,6,10)</b> Przekąska	<b>Zupa: lane kluski na rosole (1,3,9)</b> <b>II danie: babka ziemniaczana z mięsem, surówka z kapusty kiszonej, kompot śliwkowy (1,7)</b>	<b>Ciasteczka maślane/ciasteczka owsiane (wyrób własny), kakao (1,3,7)</b> <b>Dieta: herbata ziołowa</b> Przekąska
5. Pt	<b>Zupa mleczna: kasza jaglana na mleku (7)</b> <b>Kanapka: pieczywo mieszane, masło, pasztet (wyrób własny), ogórek konserwowy (1,3,7,9,10)</b> <b>Dieta: kasza jaglana na mleku sojowym (6)</b> Przekąska	<b>Zupa: pomidorowa z ryżem (1,7,9)</b> <b>II danie: ryba w tempurze, ziemniaki z wody, surówka z białej rzepy, woda z miętą (1,3,4)</b>	<b>Salatka makaronowa z kurczakiem, kawa inka z mlekiem (1,3,7)</b> <b>Dieta: kawa inka (1)</b>
6. Pon	<b>Kanapka: pieczywo mieszane, masło, zielona pasta twarogowa, kakao (1,7)</b> <b>Dieta: kanapka z dżemem, herbata malinowa (1)</b> Przekąska	<b>Zupa: szczawiowa z jajkiem (1,3,9)</b> <b>II danie: pierogi z mięsem, surówka z kapusty kiszonej, kompot z czarnej porzeczki (1)</b>	<b>Tartaletki z mozzarellą i pomidorem, woda z imbirem (1,3,7)</b> <b>Dieta: tartaletki z pomidorem (1,3,7)</b>
7. Wt	<b>Zupa mleczna: płatki ryżowe na mleku (1,7)</b> <b>Kanapka: pieczywo mieszane, masło, pieczeń (wyrób własny), mix sałat (1,3)</b> <b>Dieta: płatki ryżowe na mleku sojowym (1,6)</b> Przekąska	<b>Zupa: orkiszowy krupnik z kurczakiem (1,7,9)</b> <b>II danie: kotlet jajeczny, surówka z ogórka konserwowego, papryki i cebuli, kompot wiśniowy (1,3,7,10)</b>	<b>Pieczywo mieszane, masło, sałatka jarzynowa, bawarka (1,3,7,9)</b> <b>Dieta: herbata czarna</b>
8. Śr	<b>Kanapka: pieczywo mieszane, masło, pasta z mięsa drobiowego (wyrób własny), ogórek konserwowy, herbata rumiankowa (1,7,9,10)</b> Przekąska	<b>Zupa: kukurydziana z mleczkiem kokosowym (1,7,9)</b> <b>II danie: sznyceł wieprzowy, kasza jęczmienna, buraczki na ciepło, kompot jabłkowy (1,3,7)</b>	<b>Kanapka: bułka szpinakowa, masło, ser żółty, pomidor, mleko (1,7)</b> <b>Dieta: kanapka z wędliną, herbata owocowa (1,6,10)</b>
9. Cz	<b>Zupa mleczna: zacierka na mleku (1,3,7)</b> <b>Kanapka: pieczywo mieszane, masło, wędlina wieprzowa, papryka (1,6,10)</b> <b>Dieta: zacierka na mleku sojowym (1,3,6)</b> Przekąska	<b>Zupa: ogórkowa (1,7,9)</b> <b>II danie: podudzie z kurczaka, ryż, marchewka duszona, kompot wieloowocowy (1,7)</b>	<b>Szarlotka na cieście razowym (wypiek własny), kawa inka z mlekiem (1,3,7)</b> <b>Dieta: kawa inka (1)</b>
10. Pt	<b>Pieczywo mieszane, masło, jajecznicza ze szczypiorkiem, bawarka (1,3,7)</b> <b>Dieta: herbata czarna</b>  Przekąska	<b>Zupa: krem z dyni z pestkami słonecznika (1,7,9)</b> <b>II danie: galeczki rybne w sosie koperkowym, opiekane ziemniaki, surówka coleslaw, woda z miodem i cytryną (1,3,4,7)</b>	<b>Kasza manna z musem owocowym.(1,7)</b>  Przekąska

Dieta uwzględnia dzieci bezmleczne i stosowana jest w przedszkolu grzechnościowo.

Przekąska – owoce i warzywa sezonowe.