

Jadłospisy Przedszkola nr.1

Poniedziałek: 2023-07-10

Przedszkole Nr.1 Bezmleczna

Śniadanie: Kasza manna na mleku roślinnym 200 ml (GLU), Pieczywo żytnie 50 g (GLU, ŻYT), Masło roślinne 6 g , Szynka łukowska 15 g , Pomidor 10 g , Sałata 5 g , Herbata z cytryną 200 ml ,

Obiad: Zupa szpinakowa lekkostrawna 250 ml (GLU, SEL), Kotleciki mielone smażone 70 g (GLU, JAJ, MWP), Ziemniaki 150 g , Kapusta młoda duszona z koperkiem 60 g (GLU), Mizeria z mlekiem roślinnym i szczypiorkiem 80 g , Kompot porzeczkowy 200 ml .

Podwieczorek: Jabłko 1 szt , Koktajl bananowy na mleku roślinnym 150 ml , Bułeczki drożdżowe b/ml 1 szt (GLU, JAJ), Herbata miętowa 200 ml ,

Wtorek: 2023-07-11

Przedszkole Nr.1 Bezmleczna

Śniadanie: Kajzerka 1 szt (GLU), Masło roślinne 8 g , Kielbaski drobiowe 50 g , Papryka 10 g , Sałata 5 g , Kawa mleczna na mleku roślinnym 200 ml (GLU, SEL),

Obiad: Zupa pomidorowa z ryżem lekkostrawna 250 ml (SEL), Schab pieczony 50 g (GLU, MWP), Kasza gryczana 150 g , Sos cebulowy 50 g (MLE, GLU), Surówka z ogórka kiszzonego i kapusty pekińskiej. 80 g , Kompot owocowy(wiśnia+iabłko) 200 ml .

Podwieczorek: Brzoskwinia 1 szt , Budyń na mleku roślinnym 200 ml (GLU, SEL), Biszkopty 40 g (GLU, JAJ), Herbata owocowa 200 ml ,

Środa: 2023-07-12

Przedszkole Nr.1 Bezmleczna

Śniadanie: Płatki jęczmienne na mleku roślinnym 200 ml (GLU), Chleb słonecznikowy 50 g (GLU), Masło roślinne 6 g , Paszтет domowy 20 g (GLU, JAJ, MWP, SEL), Szynka delikatesowa drobiowa 5 g , Ogórek kiszony 10 g , Sałata 5 g , Herbata z cytryną 200 ml .

Obiad: Zupa zacierkowa 250 ml (GLU, SEL), Pierogi z mięsem 180 g (GLU, JAJ, MWP), Surówka z marchwi i jabłka b/ml 80 g , Kompot owocowy(wiśnia+truskawka+porzeczka) 200 ml ,

Podwieczorek: Morele 100 g , Pieczywo żytnie 50 g (GLU, ŻYT), Masło roślinne 6 g , Wędzonka krotoszyńska 15 g (MWP), Bawarka na mleku sojowym 200 ml ,

Czwartek: 2023-07-13

Przedszkole Nr.1 Bezmleczna

Śniadanie: Ryż na mleku roślinnym 200 ml , Chleb słonecznikowy 50 g (GLU), Masło roślinne 6 g , Szynek 80 % 10 g (MWP), Powidła śliwkowe 15 g , Ogórek 10 g , Sałata 5 g , Herbata z cytryną 200 ml ,

Obiad: Zupa jarzynowa lekkostrawna 250 ml (GLU, SEL), Gulasz w pomidorach 130 g (GLU, MWP), Ziemniaki 150 g , Surówka wielowarzywna 80 g (SEL), Kompot porzeczkowy 200 ml ,

Podwieczorek: Arbuz 150 g , Ciasto drożdżowe b/ml 60 g (GLU, JAJ), Mleko sojowe 200 ml ,

Piątek: 2023-07-14

Przedszkole Nr.1 Bezmleczna

Śniadanie: Kasza kukurydziana na mleku roślinnym 200 ml , Chleb sojowy 50 g (GLU, SOJ), Masło roślinne 6 g , Jajko 0.5 szt (JAJ), Szynka na kartki 5 g , Rzodkiewka 10 g , Sałata 5 g , Herbata z cytryną 200 ml ,

Obiad: Żurek b/ml 250 ml (GLU, SEL, S02), Miruna smażona 60 g (GLU, JAJ, RYB), Ziemniaki 150 g , Surówka z kapusty kiszzonej 80 g , Kompot wiśniowy 200 ml ,

Podwieczorek: Nektarynka 1 szt , Bułka wrocławska 50 g (GLU), Masło roślinne 8 g , Dżem truskawkowy niskosłodzony 15 g , Kakao na mleku roślinnym 200 ml ,