

Jadłospisy Przedszkola nr. 1

Poniedziałek: 2023-07-10

Przedszkole Nr.1 Podstawa

Śniadanie: Kasza manna na mleku 200 ml (MLE, GLU), Pieczywo żytnie 50 g (GLU, ŻYT), Masło 6 g (MLE), Twarożek ze szczypiorkiem 15 g (MLE), Szynka łukowska 10 g , Pomidor 10 g , Sałata 5 g , Herbata z cytryną 200 ml ,
Obiad: Zupa szpinakowa 250 ml (MLE, GLU, SEL), Kotlet mielony smażony 70 g (GLU, JAJ, MWP), Ziemniaki 150 g ,
Kapusta młoda duszona z koperkiem 60 g (GLU), Mizeria ze śmietaną i szczypiorkiem 80 g (MLE), Kompot porzeczkowy 200 ml .
Podwieczorek: Jabłko 1 szt , Jogurt owocowy L 150 ml , Ciasteczka oreo 44 g , Herbata miętowa 200 ml ,

Wtorek: 2023-07-11

Oddział: TYGRYSKI DZIKA

Przedszkole Nr.1 Podstawa

Śniadanie: Kajzerka 1 szt (GLU), Masło 8 g (MLE), Kielbaski drobiowe 50 g , Papryka 10 g , Sałata 5 g , Kawa mleczna. 200 ml (MLE, GLU, SEL),
Obiad: Zupa pomidorowa z ryżem 250 ml (MLE, 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 200 ml (MLE, GLU, SEL), Biszkopty 40 g (GLU, JAJ), Herbata owocowa 200 ml ,

Środa: 2023-07-12

Przedszkole Nr.1 Podstawa

Śniadanie: Płatki jęczmienne na mleku 200 ml (MLE, GLU), Chleb słonecznikowy 50 g (GLU), Masło 6 g (MLE), Paszтет domowy 20 g (GLU, JAJ, MWP, SEL), Ser żółty 5 g (MLE), 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 z jogurtem 80 g (MLE), Kompot owocowy(wiśnia+truskawka+porzeczka) 200 ml ,
Podwieczorek: Morele 100 g , Pieczywo żytnie 50 g (GLU, ŻYT), Masło 6 g (MLE), Wędzonka krotoszyńska 15 g (MWP), Bawarka 200 ml (MLE),

Czwartek: 2023-07-13

Przedszkole Nr.1 Podstawa

Śniadanie: Ryż na mleku 200 ml (MLE), Chleb słonecznikowy 50 g (GLU), Masło 6 g (MLE), Szynkowa 80 % 10 g (MWP), Powidła śliwkowe 15 g , Ogórek 10 g , Sałata 5 g , Herbata z cytryną 200 ml ,
Obiad: Zupa jarzynowa 250 ml (MLE, GLU, SEL, STR), Gulasz w pomidorach 130 g (GLU, MWP), Ziemniaki 150 g ,
Surówka wielowarzynna 80 g (SEL), Kompot porzeczkowy 200 ml ,
Podwieczorek: Arbuz 150 g , Ciasto strucla serowa 60 g (MLE, GLU, JAJ), Mleko. 200 ml (MLE),

Piątek: 2023-07-14

Przedszkole Nr.1 Podstawa

Śniadanie: Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE), Chleb sojowy 50 g (GLU, SOJ), Masło 6 g (MLE), Jajko 0.5 szt (JAJ), Szynka na kartki 5 g , Rzodkiewka 10 g , Sałata 5 g , Herbata z cytryną 200 ml ,
Obiad: Żurek 250 ml (MLE, 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 , Chalka 45 g (MLE, GLU, JAJ), Dżem truskawkowy niskosłodzony 15 g , Kakao. 200 ml (MLE),
Masło 8 g (MLE),