

# Jadłospis

	Poniedziałek 03-12-2018 r.	Wtorek 04-12-2018 r.	Środa 05-12-2018 r.	Czwartek 06-12-2018 r.	Piątek 07-12-2018 r.
<b>Śniadanie</b>	<p>Płatki śniadaniowe (15g) na mleku (200 ml)</p> <p>Pieczywo pszenno- żytnie i razowe ze słonecznikiem (40g), masłem (5g), serem żółtym (20g) i pomidorem (20g)</p> <p>Herbata z dzikiej róży (150 ml) Jabłko (100g)</p>	<p>Kakao na mleku (150ml)</p> <p>Pieczywo pszenno- żytnie i razowe (40g) z masłem (5g), szynką aleksandryjską (15g), pastą z jaj (15g), rzodkiewką i liściem sałaty</p> <p>Herbata malinowa (150 ml) Banana (100g)</p>	<p>Płatki owsiane (15g) na mleku (200 ml)</p> <p>Pieczywo pszenno- żytnie i żytnie na miodzie (40g) z masłem (5g), indykiem pieczonym- wyrób własny (25g) i ogórkiem kiszonym (20g)</p> <p>Herbata z aronii (150 ml) Sok gruszkowy (150 ml)</p>	<p>Kaszka kukurydzana (15g) na mleku (200 ml)</p> <p>Pieczywo pszenno- żytnie i orkiszowe (40g) z masłem (5g), serkiem Almette (15g), ogórkiem zielonym (15g) i szczypiorkiem, miód (15 ml)</p> <p>Herbata z żurawiny (150 ml) Gruszka (100g)</p>	<p>Musli (15g) na mleku (200 ml)</p> <p>Pieczywo pszenno- żytnie i żytnie na miodzie (40g) z masłem (5g), parówką z szynki (40g) i keczupem</p> <p>Herbata z owoców leśnych (150 ml) Kiwi (100g)</p>
<b>Alergeny</b>	1,7	1,3,7	1,7	1,7	1,7
<b>Obiad</b>	<p>Zupa cebulowa z grzankami (250 ml)</p> <p>Kotlet z polędwiczek wieprzowych (60g), ziemniaki (150g), surówka z buraczka (40g), szpinak (40g)</p> <p>Kompot wieloowocowy (150 ml)</p>	<p>Krupnik (250 ml)</p> <p>Gołąbki (90g) w sosie pomidorowym, ziemniaki (150g)</p> <p>Kompot wiśniowy (150 ml)</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem (250 ml)</p> <p>Ryba -mintaj (60g) , ziemniaki (150g), surówka z pora i jabłka (40g), surówka z marchwi i chrzanu (40g)</p> <p>Mięta (150 ml)</p>	<p>Zupa zacierkowa (250 ml)</p> <p>Gulasz wołowy (60g), kasza gryczana (25g), surówka z ogórka kiszzonego i papryki (40g), sałatka z pomidora (40g)</p> <p>Kompot z czarnej porzeczki (150 ml)</p>	<p>Zupa jarzynowa (250 ml)</p> <p>Krokiety z ziemniaków i białego sera (90g), sos pieczarkowy, sałata z rzodkiewką (80g)</p> <p>Kompot wieloowocowy (150 ml)</p>
<b>Alergeny</b>	1,3,7,9	1,3,7,9	1,3,4,7,9	1,3,7,9	1,3,7,9
<b>Podwieczorek</b>	<p>Chałka (30g) z masłem(5g)</p> <p>Morele (10g)</p> <p>Jogurt owocowy (115g)</p>	<p>Bułka (30g) z masłem (5g), kiełbasą lisecką (20g) i papryką (20g)</p> <p>Pestki słonecznika (5g)</p> <p>Herbata z cytryną (150 ml)</p>	<p>Placki z jabłkami (120g)</p> <p>Rodzynki (5g)</p> <p>Kawa Inka (150 ml)</p>	<p>Budyń z musem truskawkowym (200 ml)</p> <p>Herbatniki (17g)</p>	<p>Bułka dyniowa (30g) z masłem (5g),pastą z pstrąga (25g),ogórkiem kiszonym (20g)</p> <p>Jabłko (100g)</p> <p>Herbata z cytryną (150 ml)</p>
<b>Alergeny</b>	1,7	1,7	1,3,7	1,7	1,4,7



Dzieci mają zapewniony dostęp do świeżej wody pitnej w ciągu całego pobytu w przedszkolu jak i do posiłków.