

# Jadłospis

	Poniedziałek 07-01-2019 r.	Wtorek 08-01-2019 r.	Środa 09-01-2019 r.	Czwartek 10-01-2019 r.	Piątek 11-01-2019 r.
<b>Śniadanie</b>	Kasza (15g) manna (200 ml)  Pieczywo pszenno- żytnie i razowe ze słonecznikiem (40g), masłem (5g), serem żółtym (20g) i liściem sałaty  Herbata malinowa (150 ml) Jabłko (100g)	Płatki orkiszowe (15g) na mleku (200 ml)  Pieczywo pszenno- żytnie i razowe (40g) z masłem (5g), szynką z indyka (20g) i papryką (20g)  Herbata z dzikiej róży (150ml) Mandarynki (100g)	Kakao na mleku (150 ml)  Pieczywo pszenno- żytnie i żytnie na miodzie (40g) z masłem (5g), twaróg z rzodkiewką (20g), jajecznica ze szczypiorkiem (15g)  Herbata z aronii (150 ml) Gruszka (100g)	Płatki ryżowe (15g) na mleku (200 ml)  Pieczywo pszenno- żytnie i orkiszowe (40g) z masłem (5g), szynką sokołowską (20g) i pomidorem (20g)  Herbata z żurawiny (150 ml) Banan (100g)	Płatki śniadaniowe (15g) na mleku (200 ml)  Pieczywo pszenno- żytnie i żytnie na miodzie (40g) z masłem (5g), wędzoną pierśią z kurczaka (20g) i cykorią (20g) Herbata z owoców leśnych (150 ml) Winogrona (100g)
<b>Alergeny</b>	1,7	1,7	1,3,7	1,7	1,7
<b>Obiad</b>	Rosół z makaronem (250 ml)  Kotlet schabowy (60g), ziemniaki (150g), mizeria ze śmietaną (40g), surówka z czerwonej kapusty (40g)  Kompot wieloowocowy (150 ml)	Krupnik (250 ml)  Ryba – miruna (60g), ziemniaki (150g), sałatka z pomidorów (40g), surówka z kiszzonej kapusty (40g)  Kompot z czarnej porzeczki (150 ml)	Żupa kalafiorowa (250 ml)  Bitki wołowe (60g), kasza gryczana (25g), surówka z ogórkiem i papryką (30g), fasolka szparagowa (50g)  Mięta (150 ml)	Barszcz ukraiński (250 ml)  Kluski leniwe (120g), surówka z marchwi i jabłka i ananasa (80g)  Kompot wiśniowy (150 ml)	Zupa ogórkowa (250 ml)  Spaghetti (30g) z mięsem (60g), sosem pomidorowym i serem żółty, sałata lodowa z sosem winegret (60g)  Kompot wieloowocowy (150 ml)
<b>Alergeny</b>	1,3,7,9	1,3,4,7,9	1,7,9	1,3,7,9	1,7,9
<b>Podwieczorek</b>	Serek waniliowy (140g) Biszkopty (5g) Rodzynki (5g) Herbata owocowa (150 ml)	Tost (30g) z szynką , mozzarellą (25g) i keczupem Pestki słonecznika (5g) Herbata z cytryną (150 ml)	Placki z jabłkami (120g) Morele (100g) Kawa Inka (150 ml)	Bułka (30g) z masłem (5g), pasztetem – wyrób własny i ogórkiem kiszonym (20g) Kiwi (100g) Herbata z cytryną (150 ml)	Rogal (30g) z masłem (5g) i powidłami śliwkowymi (15g) Jabłko (100g) Mleko (150 ml)
<b>Alergeny</b>	1,3,7	1, 7	1,3,7	1,3,7	1,7



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