

JADŁOSPIS**TYD Z.38 / 19-23.09 / 2022**

Dzień tygodnia	Śniadania		Obiady		Podwieczorek
	I - Śniadanie	II-śniadanie	Zupa	Drugie danie	Podwieczorek
	godz. 9:00	Godz.10:30	godz. 12:00	godz. 14:00	godz. 15:30
Poniedziałek	Pieczywo dyniowe z masłem, polędwicą, pomidorem, bawarka	gruszka	krem dyniowo-marchewkowy z wołowiną, śmietaną i grzankami żytnimi	makaron razowy z sosem pomidorowym posypany serem żółtym, sok jabłkowy	pieczywo wieloziarniste z masłem, rukolą, jajkiem i szczypiorkiem, herbatka różana
Wtorek	płatki owsiane na mleku z rodzynkami, rogalik z miodem, herbatka malinowa	koktajl wieloowocowy z otrębami	zacierkowa z ziemniakami	gulasz po węgiersku, kasza gryczana, ogórek kiszony, kompot jabłkowy	mus z pieczonych jabłek, ciasteczka owsiane
Środa	frankfurterki na gorąco, pieczywo razowe z masłem i pomidorem i szczypiorkiem, kawa z mlekiem	jabłka, ziarna słonecznika	barszcz ukraiński ze śmietaną i majerankiem	pierogi ukraińskie z prażoną cebulką na maśle klarowanym, surówka z marchewki, sok kompot ze śliwek	pieczywo wieloziarniste / własnego wypieku / z masłem, kielki, pieczenią ze schabu i papryką czerwoną, herbatka
Czwartek	kasza gryczana na mleku z bakaliami, kawiarka z powidłami śliwkowymi, herbatka malinowa	słupki marchewki, pestki dyni	jarzynowa z kurkumą, lubczykiem i śmietaną	kurczak pieczony w ziołach, ziemniaki z koperkiem, sałata zielona ze śmietaną i jogurtem, kompot wiśniowy	szarlotka / własnego wypieku / , kakao
Piątek	pieczywo graham z masłem, sałatą zieloną, serem żółtym z ogórkiem zielonym, bawarka	słupki marchewki	grochowa z majerankiem	dorsz panierowany w amarantusie, ruż brązowy, pomidory z cebulką i bazylią, kompot agrestowy	kasza manna z sokiem malinowym, herbatka rumiankowa z cytryną

Zastosowane skład.odżywcze zabezpieczają 75% dziennego zapotrzebowania:

Białko – ok. 10 – 12g

Tłuszcze – ok. 37.5g

Weglowodany – ok.75g



Woda mineralna do picia – zawsze w dostępie Dzieci

Zastrzegamy sobie możliwość zmian