**Jadłospis od dnia 17.03 do 21.03.2025**



**Alergeny** oznaczono pogrubionym drukiem zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Data | Śniadanie | Zupa + deser | Obiad – II danie |
| 17.03  PN | Płatki ryżowe na **mleku** 200ml  Chleb **pszenny, żytni** 30g  z masłem 5g **(mleko)**,  pasta z makreli 30g,  ogórek zielony 20g, szczypiorek 5g  Herbata czarna z cytryną 200m  l | Zupa krupnik z kaszą jęczmienną  i zielonym koperkiem  **(seler, mleko)** 250ml  ½ drożdżówki  z kruszonką**(pszenica)** 60g  Gruszka 60g | Spaghetti z mięsem, sosem pomidorowym i pieczonymi warzywami **(pszenica, jaja)** 250g  Kompot truskawkowy 200ml |
| 18.03  WT | Kakao na **mleku** 200ml  Bułka **pszenna, graham** 60g  z masłem 5g **(mleko)**,  ser żółty **(mleko)**0g,  papryka 20g, roszponka 10g  Herbata owocowa 200ml | Zupa pieczarkowa z makaronem  **(seler, pszenica, mleko)** 250ml  Jogurt owocowy  z truskawkami  **(mleko)** 150g | Ziemniaki 150g  Kotlet schabowy 60g  **(pszenica, jaja)**  Surówka z **selera**  z ananasem60g  Kompot jabłkowy 200ml |
| 19.03  ŚR | Płatki kukurydziane na **mleku** 200ml  Chleb **pszenny, żytni** 30g  z masłem 5g **(mleko)**  **jajko** gotowane 30g,  ogórek zielony 20g, szczypior 10g,  Herbata czarna z cytryną 200ml | Zupa kapuśniak z ziemniakami  i natką pietruszki  **(seler)** 250ml  ***Talerz zdrowego przedszkolaka***  Słupki marchewki, kalarepy,  kiwi, jabłko | Kasza, bulgur **(pszenica)** 150g  Gulasz wieprzowy z szynki  **(pszenica)** 120g  Surówka z buraczków 60g  Herbata malinowa 200ml |
| 20.03  CZW | Kawa inka na **mleku** 200ml  **(pszenica, mleko)** 250ml  Bułka **pszenna, żytnia** 60g,  z masłem 5g **(mleko)**  Szynka wędzona 30g,  pomidor 20g, sałata lodowa 10g  Herbata miętowa 200ml | Zupa barszcz czerwony  z ziemniakami  **(seler, mleko)** 250ml  Banan 120g  Chrupki kukurydziane 20g | Racuchy drożdżowe z jabłkiem  **(pszenica, jaja, mleko)** 150g  Kompot wiśniowy 200ml  Słupki marchewki |
| 21.03  PT | Chleb **pszenny, żytni** 30gz masłem 5g **(mleko)**  Kabanosy wieprzowe 30g  papryka 20g, rukola 10g Herbata czarna z cytryną 200ml | Zupa ryżowa na mięsie drobiowym z natką pietruszki  **(seler)** 250ml  Legumina z sokiem malinowym **(mleko, pszenica) 1**50g  Mandarynka 60g | Ziemniaki z koperkiem 150g  Paluszki rybne z miruny  **(pszenica, jaja)** 60g  Surówka z białej kapusty  z marchewką 60g  Kompot truskawkowy 200ml |