

MENU ZDROWEGO PRZEDSZKOLAKA 23-27.04.2018

DZIEŃ	ŚNIADANIE	Ilość [g]	Alergeny	OBIAD	Ilość [g]	Alergeny
Pon	Zupa mleczna z kaszą manną	250	1a,7	Zupa brokułowa z ziemniakami ze śmietaną na wywarze mięsnym	300	1a,7,9
	Pieczywo mieszane	60	1a,1d	Pulpet mięsny w sosie pomidorowym	70/50	1a,3,9
	Masło	15	7	Kasza jęczmienna na sypko	100	1b
	Polędwica drobiowa	30	1a,6,9,10	Surówka z kapusty pekińskiej	80	1a,9
	Ogórek zielony	30	-	Kompot owocowy	200	-
	Herbata	200	-	PODWIECZOREK kisiel owocowy	200	-
Wt	Zupa mleczna z płatkami owsianymi	250	1c,7	Barszcz czerwony z ziemniakami ze śmietaną na wywarze mięsnym	300	1a,7,9
	Pieczywo mieszane	60	1a,1d	Kopytka	150	1a,3
	Masło	15	7	Sos mięsny z warzywami korzennymi	100	1a,9
	Szynka drobiowa	30	1a,6,9,10	Kompot owocowy	200	-
	Pomidor	30	-	PODWIECZOREK drożdżówka	50	1a,3
	Herbata	200	-			
Śr	Zupa mleczna z ryżem	250	7	Zupa minestrone z makaronem ze śmietaną na wywarze mięsnym	300	1a,7,9
	Pieczywo mieszane	60	1a,1d	Udko pieczone	150	-
	Masło	15	7	Ziemniaki puree z koperkiem	100	-
	Pasta serowa z bazylią	30	7	Surówka z kapusty białej	80	-
	Salata	5	-	Kompot owocowy	200	-
	Herbata	200	-	PODWIECZOREK jogurt owocowy/naturalny	125	7
Czw	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą	250	1a,7	Zupa selerowa z ziemniakami ze śmietaną na wywarze mięsnym	300	1a,7,9
	Pieczywo mieszane	60	1a,1d	Makaron z sosem bolognese	100/150	1a,9
	Masło	15	7	Kompot owocowy	200	-
	Ser żółty	30	7	PODWIECZOREK owoc	100	-
	Ogórek kiszony	30	-			
	Herbata	200	-			
Pt	Zupa mleczna z kaszą jaglaną	250	1a,7	Zupa koperkowa z ryżem ze śmietaną na wywarze mięsnym	300	1a,7,9
	Pieczywo mieszane	60	1a,1d	Naleśnik z serem i brzoskwinia	150	1a,3,7
	Masło	15	7	Kompot owocowy	200	-
	Parówka drobiowa na ciepło	70	1a,3,5,9,10,11	PODWIECZOREK wafel	35	1a,5,7
	Herbata	200	-			

MENU ZDROWEGO PRZEDSZKOLAKA 30.04-04.05.2018

DZIEŃ	ŚNIADANIE	Ilość [g]	Alergeny	OBIAD	Ilość [g]	Alergeny
Pon	Zupa mleczna z kaszą manną Pieczywo mieszane Masło Polędwica Sałata Herbata	250 60 15 30 5 200	1a,7 1a,1d 7 1a,6,9,10 - -	Zupa bieszczadzka z kaszą i makaronem ze śmietaną na wywarze mięsnym Kotlet drobiowy po parysku Ziemniaki puree z koperkiem Surówka z kapusty pekińskiej Kompot owocowy PODWIECZOREK kisiel owocowy	300 70 100 80 200 200	1a,1b,7,9 1a,3 - 1a,7,9 - -
Wt	Zupa mleczna z płatkami owsianymi Pieczywo mieszane Masło Ser żółty Ogórek kiszony Herbata	250 60 15 30 30 200	1c,7 1a,1d 7 7 - -	Zupa jarzynowa z ziemniakami ze śmietaną na wywarze mięsnym Pierogi ruskie z serem Kompot owocowy PODWIECZOREK drożdżówka	300 150 200 50	1a,7,9 1a,3,7 - 1a,3
Śr	Zupa mleczna z ryżem Pieczywo mieszane Masło Marmolada owocowa Herbata	250 60 15 50 200	7 1a,1d 7 - -	Zupa grysikowa z ziemniakami ze śmietaną na wywarze mięsnym Pieczeń rzymska w sosie koperkowym Kasza jęczmienna na sypko Sałatka z buraczków Kompot owocowy PODWIECZOREK jogurt owocowy/naturalny	300 70/50 100 80 200 125	1a,7,9 1a,3,7,9 1b - - 7
Czw	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą Pieczywo mieszane Masło Szyńka drobiowa Pomidor Herbata	250 60 15 30 30 200	1a7 1a,1d 7 1a,6,9,10 - -	Zupa groszkowa z ziemniakami ze śmietaną na wywarze mięsnym Gulasz z indyka z warzywami Ryż biały na sypko Surówka z białej kapusty Kompot owocowy PODWIECZOREK soczek owocowy	300 150 100 100 200 200	1a,7,9 1a,,9 - - - -
Pt	Zupa mleczna z kaszą jaglaną Pieczywo mieszane Masło Jajko gotowane Ogórek zielony Herbata	250 60 15 50 30 200	1a,7 1a,1d 7 3 - -	Krupnik z kaszy pęczak ze śmietaną na wywarze mięsnym Makaron z jabłkiem posypany cukrem pudrem Kompot owocowy PODWIECZOREK budyn waniliowy	300 200 200 200	1a,7,9 1a - 1a,7

MENU ZDROWEGO PRZEDSZKOLAKA 07-11.05.2018

DZIEŃ	ŚNIADANIE	Ilość[g]	Alergeny	OBIAD	Ilość[g]	Alergeny
Pon	Zupa mleczna z kaszą manną	250	1a,7	Zupa kalafiorowa z ziemniakami ze śmietaną na wywarze mięsny	300	1a,7,9
	Pieczywo mieszane	60	1a,1d	Kotlet mielony	70	1a,3,9
	Masło	15	7	Ziemniaki puree	100	-
	Szynka	30	1a,6,7,9,10	Surówka z kapusty pekińskiej	80	-
	Pomidor	30	-	Kompot owocowy	200	-
	Herbata owocowa	200	-	PODWIECZOREK kisiel owocowy	200	-
Wt	Zupa mleczna z płatkami owsianymi	250	1c,7	Zupa z soczewicą z ziemniakami ze śmietaną na wywarze mięsny	300	1a,7,9
	Pieczywo mieszane	60	1a,1d	Kluski śląskie	150	1a,3
	Masło	15	7	Sos szpinakowy z jarzynami	100	1a,7,9
	Pasta jajeczna	30	1a,3,10	Kompot owocowy	200	-
	Ogórek zielony	30	-	PODWIECZOREK drożdżówka	50	1a,3
	Herbata owocowa	200	-			
Śr	Zupa mleczna z ryżem	250	7	Krupnik z kaszą jęczmienną ze śmietaną na wywarze mięsny	300	1a,1b,7,9
	Pieczywo mieszane	60	1a,1d	Kotlet schabowy panierowany	70	1a,3,9
	Masło	15	7	Ziemniaki puree	100	-
	Pasta rybno-serowa	30	3,7,9,10	Kapusta czerwona duszona	80	1a,7,9
	Salata	5	-	Kompot owocowy	200	-
	Herbata owocowa	200	-	PODWIECZOREK owoc	100	-
Czw	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą	250	1a,7	Zupa fasolkowa z ziemniakami ze śmietaną na wywarze mięsny	300	1a,7,9
	Pieczywo mieszane	60	1a,1d	Gulasz z łopatki wieprzowej z jarzynami	150	1a,9
	Masło	15	7	Kasza pęczak na sypko	100	1a
	Pasztet drobiowy	30	1a,6,7,9,10	Salatka z buraczków	80	-
	Ogórek kiszony	30	-	Kompot owocowy	200	-
	Herbata owocowa	200	-	PODWIECZOREK jogurt owocowy/naturalny	125	1a,7
Pt	Zupa mleczna z kaszą jaglaną	250	1a,7	Zupa pomidorowa z ryżem ze śmietaną na wywarze mięsny	300	1a,7,9
	Pieczywo mieszane	60	1a,1d	Ryba panierowana	60	1a,4
	Masło	15	7	Ziemniaki puree z koperkiem	100	-
	Marmolada owocowa	50	-	Surówka z kapusty białej	80	-
	Herbata owocowa	200	-	Kompot owocowy	200	-
				PODWIECZOREK budyń waniliowy	200	1a,7