**JADŁOSPIS**

**17.03.2025 – 28.03.2025**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Poniedziałek** | ŚNIADANIE  17.03.2025 | * Kanapka: pieczywo mieszane, masło, blok z indyka, twarożek ze szczypiorkiem (1,7) * Sałata masłowa, pomidory daktylowe, kiełki mieszane * Kawa zbożowa z mlekiem, herbata z melisy (1,7) |
| OBIAD  17.03.2025 | * Zupa ogórkowa na wywarze mięsno warzywnym z natką pietruszki (1,7,9) * Ryż na mleku zapiekany z jabłkami i cynamonem (7) * Woda mineralna |
| PODWIECZOREK  17.03.2025 | * Kiwi , ciasto biszkoptowe z czerwoną porzeczką ( wyrób własny) (1,3) |
| **Wtorek** | ŚNIADANIE  18.03.2025 | * Kanapka: pieczywo mieszane, masło ,rogal mleczny, powidła śliwkowe, ser żółty salami (1,7) * Zupa mleczna: owsianka z gruszką i cynamonem (1,7) * Papryka żółta, pomidorki cherry, ogórek zielony * Herbata rumiankowa |
| OBIAD  18.03.2025 | * Krem z cukinii na wywarze mięsno warzywnym z natką pietruszki (3,7,9) * Paluszki rybne z fileta z mintaja, ziemniaki puree, surówka z kiszonej kapusty z marchewką i jabłkiem (1,3,4,7) * Woda mineralna |
| PODWIECZOREK  18.03.2025 | * Kisiel wiśniowy z płatkami migdałowymi, wafle orkiszowe (1,8) |
| **Środa** | ŚNIADANIE  19.03.2025 | * Kanapka: pieczywo mieszane ,masło, jajko gotowane ze szczypiorkiem, szynka Ani (1,3,7) * Sałata lodowa, rzodkiewka, papryka czerwona * Kakao, herbata z cytryną (7) |
| OBIAD  19.03.2025 | * Zupa wiosenna z kalarepą na wywarze mięsno warzywnym z natką pietruszki (7,9) * Makaron razowy tagliatelle z kurczakiem w sosie śmietanowo-szpinakowym (1,3,7) * Woda mineralna |
| PODWIECZOREK  19.03.2025 | * Melon, ciasteczka owsiane z żurawiną bez cukru (1,12) |
| **Czwartek** | ŚNIADANIE  20.03.2025 | * Kanapka: pieczywo mieszane, masło, szynka Bianka pierś gotowana, filet z makreli w pomidorach (1,4,7) * Ogórek zielony, pomidory malinowe, mix papryk * Mleko, herbata pomarańczowa (7) |
| OBIAD  20.03.2025 | * Rosół z lanymi kluskami na wywarze mięsno warzywnym z natką pietruszki (1,3,9) * Nuggetsy z kurczaka, ziemniaki puree, mix sałat z sosem greckim i serem feta (1,3,7) * Woda mineralna |
| PODWIECZOREK  20.03.2025 | * Gruszka, biszkopty (1,3) |
| **Piątek** | ŚNIADANIE  21.03.2025 | * Kanapka: pieczywo mieszane ,bułka z ziarnami ,masło, twarożek paprykowo bazylikowy, pasztet z drobiu (1,7) * Zupa mleczna: płatki jaglane z jabłkiem (7) * Pomidory koktajlowe, papryka żółta, ogórek kiszony * Herbata owoce sadu |
| OBIAD  21.03.2025 | * Krem marchewkowy na wywarze mięsno warzywnym z natką pietruszki (3,7,9) * Makaron kokardki z białym serem na słodko (1,3,7) * Woda mineralna |
| PODWIECZOREK  21.03.2025 | * Chrupki kukurydziane, pomarańcza |

**Alergeny w jadłospisie oznaczono cyframi, a ich wykaz zamieszczony jest na tablicy ogłoszeń w przedszkolu.**

**Do każdego posiłku woda mineralna podawana jest na prośbę dziecka**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Poniedziałek** | ŚNIADANIE  24.03.2025 | * Kanapka: pieczywo mieszane, masła, ser żółty królewski, szynka zielonogórska (1,7) * Sałata rukola, rzodkiewka, papryka żółta * Kawa inka z mlekiem, herbata czarna z cytryną (1,7) |
| OBIAD  24.03.2025 | * Zupa jarzynowa z papryką i kukurydzą na wywarze mięsno warzywnym z natką pietruszki (7,9) * Makaron razowy spaghetti z mięsem i warzywami (1,3,7) * Woda mineralna |
| PODWIECZOREK  24.03.2025 | * Banan ,wafle ryżowe z pestkami dyni |
| **Wtorek** | ŚNIADANIE  25.03.2025 | * Kanapka: pieczywo mieszane, masło, szynka gotowana (1,7) * Jajecznica na maśle ze szczypiorkiem (3,7) * Papryka żółta, pomidory koktajlowe, sałata masłowa * Kakao, herbata wiśniowa (7) |
| OBIAD  25.03.2025 | * Krem kalafiorowy na wywarze mięsno warzywnym z natką pietruszki (3,7,9) * Gulasz wieprzowy w sosie własnym, kasza bulgur, buraczki z jabłkiem (1) * Woda mineralna |
| PODWIECZOREK  25.03.2025 | * Sałatka owocowa z jogurtem naturalny (7) |
| **Środa** | ŚNIADANIE  26.03.2025 | * Kanapka: pieczywo mieszane, masło, polędwica cygańska (1,7) * Zupa mleczna :płatki ryżowe na mleku (7) * Mix sałat ,kiełki mieszane, pomidory daktylowe * Herbata z dzikiej róży |
| OBIAD  26.03.2025 | * Zupa pomidorowa z makaronem razowym świderki na wywarze mięsno warzywnym z natką pietruszki (1,3,7,9) * Racuchy z cukrem pudrem (1,3,7) * Woda mineralna |
| PODWIECZOREK  26.03.2025 | * Pałeczki jaglane, jogurt owocowy (7) |
|  |  |  |
| **Czwartek** | ŚNIADANIE  27.03.2025 | * Kanapka: pieczywo mieszane, masło, serek almette, kiełbasa szynkowa (1,7) * Papryka czerwona, rzodkiewka, ogórek zielony * Kakao, herbata miętowa (7) |
| OBIAD  27.03.2025 | * Zupa ziemniaczana z ziołami na wywarze mięsno warzywnym z natką pietruszki (1,7,9) * Filet z morszczuka na parze w sosie cytrynowym, ryż brązowy, surówka z młodej kapusty z marchewką i jabłkiem (1,3,4,7) * Woda mineralna |
| PODWIECZOREK  27,03.2025 | * Ciasteczka zbożowe z morelą bez dodatku cukru (1,3) |
| **- Piątek** | ŚNIADANIE  28.03.2025 | * Kanapka: pieczywo mieszane ,masło, ser żółty salami, pasta z makreli z zieloną pietruszką (1,4,7) * Ogórek kiszony, kiełki zielonego groszku, mix papryk * Mleko, herbata z lipy (7) |
| OBIAD  28.03.2025 | * Barszcz zabielany na wywarze mięsno warzywnym z natką pietruszki (7,9) * Jajko sadzone, ziemniaki puree, mizeria (3,7) * Woda mineralna |
| PODWIECZOREK  28.03.2025 | * Budyń truskawkowy , jabłko (7) |
|  |  |  |

**Alergeny w jadłospisie oznaczono cyframi, a ich wykaz zamieszczony jest na tablicy ogłoszeń w przedszkolu.**

**Do każdego posiłku woda mineralna podawana jest na prośbę dziecka.**