**JADŁOSPIS**

**17.03.2025 – 28.03.2025**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Poniedziałek** | ŚNIADANIE17.03.2025 | * 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)
 |
| OBIAD17.03.2025 | * Zupa ogórkowa na wywarze mięsno warzywnym z natką pietruszki (1,7,9)
* Ryż na mleku zapiekany z jabłkami i cynamonem (7)
* Woda mineralna
 |
| PODWIECZOREK17.03.2025 | * Kiwi , ciasto biszkoptowe z czerwoną porzeczką ( wyrób własny) (1,3)
 |
| **Wtorek** | ŚNIADANIE18.03.2025 | * 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
 |
| OBIAD18.03.2025 | * 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
 |
| PODWIECZOREK18.03.2025 | * Kisiel wiśniowy z płatkami migdałowymi, wafle orkiszowe (1,8)
 |
| **Środa** | ŚNIADANIE19.03.2025 | * Kanapka: pieczywo mieszane ,masło, jajko gotowane ze szczypiorkiem, szynka Ani (1,3,7)
* Sałata lodowa, rzodkiewka, papryka czerwona
* Kakao, herbata z cytryną (7)
 |
| OBIAD19.03.2025 | * 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
 |
| PODWIECZOREK19.03.2025 | * Melon, ciasteczka owsiane z żurawiną bez cukru (1,12)
 |
| **Czwartek** | ŚNIADANIE20.03.2025 | * 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)
 |
| OBIAD20.03.2025 | * 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
 |
| PODWIECZOREK20.03.2025 | * Gruszka, biszkopty (1,3)
 |
| **Piątek** | ŚNIADANIE21.03.2025 | * 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
 |
| OBIAD21.03.2025 | * Krem marchewkowy na wywarze mięsno warzywnym z natką pietruszki (3,7,9)
* Makaron kokardki z białym serem na słodko (1,3,7)
* Woda mineralna
 |
| PODWIECZOREK21.03.2025 | * 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** | ŚNIADANIE24.03.2025 | * 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)
 |
| OBIAD24.03.2025 | * 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
 |
| PODWIECZOREK24.03.2025 | * Banan ,wafle ryżowe z pestkami dyni

  |
| **Wtorek** | ŚNIADANIE25.03.2025 | * 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)
 |
| OBIAD25.03.2025 | * 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
 |
| PODWIECZOREK25.03.2025 | * Sałatka owocowa z jogurtem naturalny (7)
 |
| **Środa** | ŚNIADANIE26.03.2025 | * 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
 |
| OBIAD26.03.2025 | * 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
 |
| PODWIECZOREK26.03.2025 | * Pałeczki jaglane, jogurt owocowy (7)
 |
|  |  |  |
| **Czwartek** | ŚNIADANIE27.03.2025 | * Kanapka: pieczywo mieszane, masło, serek almette, kiełbasa szynkowa (1,7)
* Papryka czerwona, rzodkiewka, ogórek zielony
* Kakao, herbata miętowa (7)
 |
| OBIAD27.03.2025 | * 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
 |
| PODWIECZOREK27,03.2025 | * Ciasteczka zbożowe z morelą bez dodatku cukru (1,3)
 |
| **- Piątek** | ŚNIADANIE28.03.2025 | * 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)
 |
| OBIAD28.03.2025 | * Barszcz zabielany na wywarze mięsno warzywnym z natką pietruszki (7,9)
* Jajko sadzone, ziemniaki puree, mizeria (3,7)
* Woda mineralna
 |
| PODWIECZOREK28.03.2025 | * 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.**