

# Jadłospis „WESOŁE PRZEDSZKOŁKI ”

## OD 03.09 DO 07.09



DZIEŃ	ŚNIADANIE		OBIAD		PODWIECZOREK	
<b>PONIEDZIAŁEK</b>	Pieczywo pszenno-żytnie (20g), masło (2g), szynka wieprzowa (20g), ogórek zielony, herbata owocowa (200g), owoc (50g), płatki kukurydziane na mleku (200g)	1 2 13  1,2,3	Jarzynowa z ziemniakami (200g), makaron w sosie szpinakowym (200g), fasolka szparagowa (80g), kompot (200g)	13 1 2	Kanapka z masłem i pomidorem i szczypiorkiem, herbata	1 2
<b>DIETA</b>	Masło roślinne		Zupa z ryżem bez śmietany, sos bez śmietany, ryż		Masło roślinne	
<b>WTOREK</b>	Pieczywo pszenno-żytnie (20g), masło (2g), pasta jajeczna za szczypiorkiem (20g), herbata wieloowocowa (200g), owoc (50g), zupa mleczna z ryżem (200g)	1 2  1,2,3	Krem z zielonego groszku z grzankami (200g), gołąbki z mięsem i warzywami po cygańsku (200g), kompot (200g)	13 1 2	Kisiel z owocami + paluch kukurydziany	
<b>DIETA</b>	Masło roślinne, szynka drobiowa, ogórek zielony		Zupa bez śmietany, sos bez śmietany, gołąbki bez jajek			
<b>ŚRODA</b>	Pieczywo pszenno-żytnie (40g), masło (4g) parówka na gorąco (80g), owoc (50g), zupa mleczna z makaronem (200g)	1 2  1,2,3	Krupnik z warzywami (200g), Filet duszony w ziołach(80g), ryż (100g), biała kapusta z ogórkiem (80g), kompot (200g)	13 2 3	1/2 kajzerki z masłem ziołowym i ogórkiem zielonym obranym ze skórki, herbata owocowa	1 2
<b>DIETA</b>	Masło roślinne		Zupa bez śmietany, ryż z jabłkami i cynamonem		Masło roślinne	
<b>CZWARTEK</b>	Pieczywo pszenno-żytnie (20g), masło (2g), polędwica drobiowa (20g), herbata z dzikiej róży (200g), owoc (50g), lane ciasto na mleku (200g)	1 2  2,13  1,2,3	Kapuśniak w słodkiej kapusty z ziemniakami (200g), pieczeń rzymska (80g), ziemniaki (100g), marchew z jabłkiem (80g), kompot (200g)	13 1 2 3	Serek homogenizowany + wafel ryżowy.	13 2 3
<b>DIETA</b>	Masło roślinne		Zupa bez śmietany, mięso drobiowe duszone w sosie własnym			
<b>PIĄTEK</b>	Pieczywo pszenno-żytnie (40g), masło (4g) jajecznicza na parze (80g) herbata z cytryną (200g), owoc (50g)	1 2	Krem z brokuł z ryżem (200g), sola po parysku (800g), kuskus (100g), surówka z kiszzonej kapusty (80g), kompot (200g)	13 2 4 3 1	Ciastko zbożowe sante (4szt.), herbata	1 2 7 9
<b>DIETA</b>	Masło roślinne, polędwica sopocka		Zupa bez śmietany, filet z soli duszony		Kanapka z powidłami	