

Poniedziałek 13.05

Śniadanie:

Płatki ryżowe na mleku (7)

Chleb z nasionami chia (1) z masłem i serem żółtym, sałata, ogórek

Herbata owocowa

Obiad:

Zupa z zielonym groszkiem i ziemniakami (1,7,9), (wywar warzywny: groszek zielony, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, por, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy)

Naleśniki z serem białym (1,7), ogórek do chrupania

Kompot wiśniowy

Podwieczorek:

Banan

Herbatniki

Wtorek 14.05

Śniadanie:

Płatki kukurydziane na mleku (7)

Chleb wieloziarnisty (1) z masłem i gotowanym jajkiem, pomidor

Herbata z cytryną

Obiad:

Zupa brokułowa z ryżem (7,9), (wywar warzywny: brokuł, marchew, pietruszka, seler, por, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy), kasz jęczmienna (1), kasza jaglana, kasza pęczak (1)

Kotlet mielony z ziemniakami, tzatziki (7)

Woda z pomarańczą

Podwieczorek:

Jogurt brzoskwiniowy (7) – wyrób własny

Środa 15.05

Śniadanie:

Stół szwedzki: pasta szynkowo-serowa, serek kanapkowy, pasztet; ogórek, pomidor

Chleb razowy (1) z masłem(7)

Kakao

Obiad:

Barszcz biały z jajkiem i kiełbaską (1,3,9), (wywar warzywny: marchew, pietruszka, seler, por, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy),

Makaron z sosem bolońskim, marchewka do chrupania

Kompot jabłkowy

Podwieczorek:

Koktajl bananowo-kakaowy (7) – wyrób własny

Czwartek 16.05

Śniadanie:

Kasza manna na mleku (7)
Chleb żytni z masłem (1,7) i szynką, pomidor, roszonek
Herbata owocowa

Obiad:

Zupa jarzynowa z zacierką (1,9), (wywar warzywny: kalafior, brukselka, marchew, pietruszka, seler, por, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy), makaron zacierka (1)
Risotto z piersią kurczaka i warzywami (groszek, brokuł, marchewka), mizeria (7)
Woda z cytryną

Podwieczorek:

Jabłko

Piątek 17.05

Śniadanie:

Płatki owsiane na mleku (7)
Chleb wieloziarnisty (1) z masłem (7) i dżemem, ogórek
Herbata owocowa

Obiad:

Zupa pomidorowa z makaronem (1,7,9), (wywar warzywny: passata pomidorowa, marchew, pietruszka, seler, por, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy), makaron drobna muszelka (1)
Paluszki rybne z mintaja (4) z ziemniakami, surówka z kiszzonej kapusty
Woda z limonką

Podwieczorek:

Gruszka
Biszkopty

***Zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie z przyczyn obiektywnych**

Wielkości porcji:

Zupy: 150-200 ml Drugie danie: 160 g Surówki: 30-40g Masło, pasty: 5-10 g

Napoje: 150 - 180 ml

Owoce: 80-150 g (porcja)

Warzywa : 80-100 g (porcja)

W ciągu dnia dzieci mają dostęp do wody niegazowanej z dystrybutorów