

MIEJSKI ŻŁOBEK INTEGRACYJNY

JADŁOSPIS OD 12.03.2018r. DO 23.03.2018r.

| DZIEŃ | ŚNIADANIE / II ŚNIADANIE | OBIAD | PODWIECZOREK |
|-----------------------------|---|--|---|
| Pn. 12.03.2018 | Płatki owsiane na mleku. Pieczywo mieszane z masłem, schab pieczony z majerankiem, ogórek zielony, papryka. Herbata z miętą/owoc | Lane kluseczki na rosole. Potrawka drobiowa z jarzynami, kasza jęczmienna, surówka z kapusty czerwonej, jabłka i ogórka kwaszonego. Kompot z owoców mieszanych | Racuszki drożdżowe, maślanka z malinami. Herbata z cytryną |
| <i>Alergeny</i> | <i>Mleko, gluten</i> | <i>Seler, gluten, jaja</i> | <i>Mleko, gluten</i> |
| Wt. 13.03.2018 | Kasza manna na mleku Bułka grahamka z masłem, szynka wieprzowa, pomidor, ogórek kiszony. Herbata owocowa/owoc | Zupa gulaszowa z pomidorami, papryką i makaronem drobnym. Filet z miruny samżony, ziemniaki z koperkiem, brokuły z bułką zrumienioną na maśle. Kompot wieloowocowy | Pieczywo mieszane z masłem, pasta z jajek i białego sera z jogurtem naturalnym i szczypiorkiem, papryka. Herbata z miętą |
| <i>Alergeny</i> | <i>Mleko, gluten</i> | <i>Seler, gluten, jaja, ryba</i> | <i>Mleko, gluten, jaja</i> |
| Śr. 14.03.2018 | Płatki kukurydziane na mleku. Pieczywo mieszane z masłem, pierś pieczona z indyka, sałata, pomidor, rzodkiewka. Herbata z cytryną/owoc | Biały barszczyk z makaronem. Pieczeń rzymska, ziemniaki, surówka z ogórka kwaszonego, jabłka, papryki i kukurydzy. Kompot z owoców mieszanych | Budyń śmietankowy z sosem malinowym, wafelek ryżowy. Herbata owocowa |
| <i>Alergeny</i> | <i>Mleko, gluten</i> | <i>Seler, gluten, jaja</i> | <i>Mleko, gluten</i> |
| Czw. 15.03.2018 | Płatki ryżowe na mleku z żurawiną. Pieczywo mieszane z masłem, pasztecik pieczony, ogórek kiszony, pomidor. Herbata z miętą/owoc | Krupnik z kaszy jaglanej. Kluseczki leniwe z białym serem, surówka z marchwi i jabłka. Kompot wieloowocowy | Kanapeczki z żółtym serem i szynką wieprzową, papryka. Herbata z miodem i cytryną |
| <i>Alergeny</i> | <i>Mleko, gluten, jaja</i> | <i>Seler, gluten, jaja, mleko</i> | <i>Mleko, gluten</i> |
| Pt. 16.03.2018 | Zacierki na mleku. Bułka grahamka z masłem, ser żółty , pomidor, ogórek zielony, papryka. Herbata owocowa/owoc | Zupa kalafiorowa z ziemniakami i koperkiem. Pulpeciki z indyka ze szpinakiem w sosie pomidorowym, kasza gryczna, surówka z kalarepki, marchwi, jabłka z jogurtem naturalnym. Kompot wieloowocowy | Makaron z truskawkami i serkiem homogenizowanym. Herbata z cytryną |
| <i>Alergeny</i> | <i>Mleko, gluten, jaja</i> | <i>Seler, gluten, jaja, mleko</i> | <i>Mleko, gluten, jaja</i> |
| Pn. 19.03.2018 | Płatki jaglane na mleku. Pieczywo mieszane z masłem, szynka wieprzowa, pomidor, ogórek kwaszony. Herbata owocowa/owoc | Zupa ogórkowa z ziemniakami. Spaghetti z sosem pomidorowym, mięsem wieprzowym i warzywami. Kompot wieloowocowy | Chałka z masłem i sosem, kakao na mleku. Herbata z miodem. |
| <i>Alergeny</i> | <i>Mleko, gluten</i> | <i>Seler, gluten, mleko, jaja</i> | <i>Mleko, gluten</i> |
| Wt. 20.03.2018 | Makaron drobny na mleku. Pieczywo mieszane z masłem, szynka wieprzowa, sałata papryka, rzodkiewka. Herbata z miętą / marchewka do chrupania | Zupa ziemniaczana z pomidorami. Naleśniki z sosem z malin i serkiem homogenizowanym. Kompot z owoców mieszanych | Bułka grahamka z masłem, ser żółty , pomidor, ogórek zielony, pomidor. Herbata owocowa |
| <i>Alergeny</i> | <i>Mleko, gluten, jaja</i> | <i>Seler, gluten, jaja, mleko</i> | <i>Mleko, gluten</i> |
| Śr. 21.03.2018 | Lane kluseczki na mleku. Pieczywo mieszane z masłem, serek kanapkowy , sałata, papryka, ogórek zielony. Herbata z miętą/owoc | Zupa wielowarzywna z kaszą kukurydzianą. Gulasz wieprzowy w sosie własnym, kopytka, ogórek kiszony. Kompot z owoców mieszanych | Pieczywo mieszane z masłem, pasta z gotowanych jarzyn i mięsa z natką z pietruszki, ogórek kiszony. Herbata z cytryną |
| <i>Alergeny</i> | <i>Mleko, gluten, jaja</i> | <i>Seler, gluten, jaja</i> | <i>Mleko, gluten</i> |
| Czw. 22.03.2018 | Płatki jaglane na mleku. Jajecznica na parze ze szczypiorkiem, bułeczka z masłem, papryka. Herbata owocowa/owoc | Zupa z czerwonej soczewicy z pomidorami. Filet z ryby z ziołami pieczony, ziemniaki z koperkiem, sos warzywny(marchew, pietruszka, por, seler, natka z pietruszki, koperek), surówka z kapusty kwaszonej, marchwi i jabłka. Kompot z owoców mieszanych | Ryż na mleku z truskawkami. Herbata z cytryną |
| <i>Alergeny</i> | <i>Mleko, gluten, jaja</i> | <i>Seler, gluten, ryba</i> | <i>Mleko, gluten</i> |
| Pt. 0239.03.2018 | Płatki owsiane na mleku. Bułka kajzerka z masłem, twarożek z owocami. Herbata owocowa | Zupa zacierkowa z zieleniną. Pulpecik pieczony z kurczaka, ziemniaki z koperkiem, surówka ala grecka. Kompot z owoców mieszanych | Pieczywo mieszane z masłem, pasztecik pieczony, ogórek kiszony, pomidor. Herbata owocowa/owoc |
| <i>Alergeny</i> | <i>Mleko, gluten</i> | <i>Seler, gluten, jaja</i> | <i>Mleko, gluten</i> |

Jadłospis sporządziła: inż. Paulina Ekielska