

MIEJSKI ŻŁOBEK INTEGRACYJNY

JADŁOSPIS OD 29.01.2018r. DO 09.02.2018r.

DZIEŃ	ŚNIADANIE / II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
Pn. 29.01.2018	Kasza manna na mleku. Pieczywo mieszane z masłem, schab pieczony, pomidor, ogórek zielony. Herbata owocowa/owoc	Zupa brokułowa z ziemniakami. Filet z kurczaka duszony w sosie słodko-kwaśnym(włoszczyzna, papryka, ananas, kukurydza, przecier pomidorowy), brązowy ryż na sypko, ogórek kiszony. Kompot wieloowocowy	Racuszki drożdżowe, maślanka z malinami. Herbata z cytryną
<i>Alergeny</i>	<i>Mleko, gluten</i>	<i>Seler, gluten</i>	<i>Mleko, gluten, jaja</i>
Wt. 30.01.2018	Zacierki na mleku. Bułka kajzerka z masłem, szynka wieprzowa, papryka, rzodkiewka. Herbata z miodem i cytryną / marchewka do chrupania	Zupa ziemniaczana z pomidorami. Naleśniki z sosem z jagód i serkiem homogenizowanym. Kompot z owoców mieszanych	Pieczywo mieszane z masłem, pasztecik pieczony, sałata, ogórek kiszony, pomidor. Herbata z miętą
<i>Alergeny</i>	<i>Mleko, gluten, jaja</i>	<i>Seler, gluten, mleko, jaja</i>	<i>Mleko, gluten</i>
Śr. 31.01.2018	Płatki owsiane na mleku. Bułka kajzerka z masłem, twarożek z dżemem. Herbata owocowa/owoc	Zupa zacierkowa z zieleńią. Kotlecik wieprzowy pieczony, ziemniaki z sosem warzywnym, buraczki na ciepło. Kompot wieloowocowy	Pieczywo mieszane z masłem, pasta jajeczna ze szczypiorkiem, papryka. Herbata z miodem i cytryną
<i>Alergeny</i>	<i>Mleko, gluten</i>	<i>Seler, gluten</i>	<i>Mleko, gluten, jaja</i>
Czw. 01.01.2018	Makaron drobny na mleku. Bułka grahamka z masłem, ser żółty , sałata, papryka, ogórek zielony. Herbata owocowa/owoc	Zupa jarzynowa z dynią i ziemniakami. Pulpeciki z indyka ze szpinakiem w sosie pomidorowym, kasza jęczmienna, surówka z kalarepki, marchwi, jabłka z jogurtem naturalnym. Kompot wieloowocowy	Pieczywo mieszane z masłem, paprykarz własnej roboty(gotowana ryba, ryż, przecier pomidorowy, papryka), ogórek kiszony. Herbata z cytryną
<i>Alergeny</i>	<i>Mleko, gluten, jaja</i>	<i>Seler, gluten, jaja</i>	<i>Mleko, gluten, ryba</i>
Pt. 02.01.2018	Płatki kukurydziane na mleku. Pieczywo mieszane z masłem, schab pieczony z majerankiem, sałata, pomidor, papryka. Herbata z miętą/owoc	Zupa gulaszowa z pomidorami i makaronem drobnym. Filet z ryby z ziołami pieczony, ziemniaki z koperkiem, sos warzywny(marchew, pietruszka, por, seler, natka z pietruszki, koperek), surówka z kapusty kiszzonej, marchwi i jabłka. Kompot z owoców mieszanych	Chałka z masłem i dżemem, kakao na mleku. Herbata z miodem.
<i>Alergeny</i>	<i>Mleko, gluten</i>	<i>Seler, gluten, jaja, ryba</i>	<i>Mleko, gluten</i>
Pn. 05.01.2018	Płatki owsiane na mleku z żurawiną. Pieczywo mieszane z masłem, pierś pieczona z indyka, ogórek zielony, papryka. Herbata owocowa/owoc	Barszczyk czerwony z ziemniakami. Gulasz wieprzowy w sosie własnym, kasza gryczana, surówka z ogórka kiszzonego, jabłka, papryki i kukurydzy. Kompot z owoców mieszanych	Placuszki z sosem malinowym i serkiem homogenizowanym. Herbata z cytryną
<i>Alergeny</i>	<i>Mleko, gluten</i>	<i>Seler, gluten, mleko</i>	<i>Mleko, gluten, jaja</i>
Wt. 06.01.2018	Płatki ryżowe na mleku. Jajecznica na parze ze szczypiorkiem, bułeczka z masłem, pomidor. Herbata z miodem i cytryną/owoc	Zupa pomidorowa z makaronem. Pulpecik z miruny pieczony, ziemniaki z koperkiem, marchewka juniorka. Kompot wieloowocowy	Pieczywo mieszane, schab pieczony, żółty ser , papryka. Herbata z miętą
<i>Alergeny</i>	<i>Mleko, gluten, jaja</i>	<i>Seler, gluten, jaja, ryba</i>	<i>Mleko, gluten</i>
Śr. 07.01.2018	Lane kluseczki na mleku. Pieczywo mieszane z masłem, pasztecik pieczony, ogórek kiszony, pomidor. Herbata owocowa/owoc	Krupnik z kaszy jęczmiennej. Filet z kurczaka smażony, ziemniaki z koperkiem, surówka ala grecka z serem feta. Kompot wieloowocowy	Ryż na mleku z truskawkami. Herbata z cytryną
<i>Alergeny</i>	<i>Mleko, gluten, jaja</i>	<i>Seler, gluten, mleko, jaja</i>	<i>Mleko, gluten</i>
Czw. 08.01.2018	Płatki jaglane na mleku. Pieczywo mieszane z masłem, serek kanapkowy , sałata, papryka, rzodkiewka. Herbata z miodem i cytryną/owoc	Zupa ogórkowa z ziemniakami. Klopsiki wieprzowe w sosie pomidorowym, makaron, bukiet jarzyn gotowanych. Kompot z owoców mieszanych	Pieczywo mieszane z masłem, pasta z jarzyn, czerwonej soczewicy z pomidorami, ogórek kiszony. Herbata owocowa
<i>Alergeny</i>	<i>Mleko, gluten</i>	<i>Seler, gluten, jaja, mleko</i>	<i>Mleko, gluten</i>
Pt. 09.01.2018	Kasza manna na mleku. Pieczywo mieszane z masłem, pasta z żółtego sera z pomidorem, natką pietruszki z jogurtem naturalnym , papryka, rzodkiewka. Herbata z cytryną/owoc	Zupa z kapusty białej z ziemniakami i pomidorami. Pierogi z białym serem i bułką zrumieniona na maśle, surówka z marchwi i jabłka. Kompot z owoców mieszanych	Pieczywo mieszane z masłem, szynka wieprzowa, sałata pomidor, ogórek zielony. Herbata z miętą
<i>Alergeny</i>	<i>Mleko, gluten</i>	<i>Seler, gluten, mleko</i>	<i>Mleko, gluten</i>

Jadłospis sporządziła: inż. Paulina Ekielska