

MIEJSKI ŻŁOBEK INTEGRACYJNY

JADŁOSPIS OD 9.10.2017r. DO 20.10.2017r.

DZIEŃ	ŚNIADANIE / II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
Pn. 9.10.2017	Kasza manna na mleku. Pieczywo mieszane z masłem, pasztet pieczony, ogórek kwaszony, pomidor. Herbata owocowa/owoc	Barszczyk czerwony z ziemniakami. Naleśniki z sosem z truskawek i serkiem homogenizowanym. Kompot wieloowocowy/marchewka do chrupania	Pieczywo mieszane z masłem, ser żółty, polędwica wieprzowa, pierś z indyka, warzywa kanapkowe. Herbata z miętą
<i>Alergeny</i>	<i>Mleko, gluten</i>	<i>Seler, gluten, mleko, jaja</i>	<i>Mleko, gluten</i>
Wt. 11.10.2017	Płatki jaglane na mleku z żurawiną. Pieczywo mieszane z masłem, pierś pieczona z indyka, sałata, papryka, ogórek zielony. Herbata z cytryną/owoc	Zupa zacierkowa z zieleciną. Gołąbki bez zawijania z kapustą pekińską i sosem pomidorowym, kasza jęczmienna, ogórek kwaszony. Kompot wieloowocowy	Ryż na mleku z jabłkiem prażonym i cynamonem. Herbata owocowa
<i>Alergeny</i>	<i>Mleko, gluten</i>	<i>Seler, gluten, jaja</i>	<i>Mleko, gluten</i>
Śr. 12.10.2017	Płatki kukurydziane na mleku. Pieczywo mieszane z masłem, ser żółty, sałata, ogórek kwaszony, pomidor. Herbata owocowa/owoc	Zupa wielowarzywna z kaszą kukurydzianą. Filet z kurczaka smażony, ziemniaki z koperkiem, surówka a'la grecka. Kompot wieloowocowy	Bułka grahamka z masłem, pierś szynka wieprzowa, sałata, papryka, rzodkiewka. Kakao na mleku
<i>Alergeny</i>	<i>Mleko, gluten</i>	<i>Seler, gluten, jaja, mleko</i>	<i>Mleko, gluten</i>
Czw. 13.10.2017	Płatki ryżowe na mleku. Parówka na ciepło, pieczywo mieszane z masłem, pomidor. Herbata z miętą/owoc	Lane kluseczki na zupie pomidorowej. Pulpecik z miruny pieczony, ziemniaki, bukiet jarzyn gotowanych. Kompot wieloowocowy	Bułeczki drożdżowe(własny wypiek), maślanka z jagodami. Herbata z cytryną
<i>Alergeny</i>	<i>Mleko, gluten</i>	<i>Seler, gluten, jaja, ryba</i>	<i>Mleko, gluten, jaja</i>
Pt. 16.10.2017	Makaron drobny na mleku. Pieczywo mieszane z masłem, twarożek ze szczypiorkiem, ogórek zielony, pomidor. Herbata z miętą/owoc	Zupa brokułowa z ziemniakami. Leczo z cukinii, papryki kolorowej i pomidorów z filetem z indyka, brązowy ryż, surówka z kapusty pekińskiej, marchwi, jabłka. Kompot z owoców mieszanych	Pieczywo mieszane z masłem, pasta z gotowanych jarzyn, czerwonej soczewicy i cebulki z natką z pietruszki, ogórek kwaszony, papryka. Herbata z cytryną
<i>Alergeny</i>	<i>Mleko, gluten</i>	<i>Seler, gluten</i>	<i>Mleko, gluten</i>
Pn. 16.10.2017	Płatki owsiane na mleku z rodzynkami. Pieczywo mieszane z masłem, pierś pieczona z indyka, pomidor, ogórek kwaszony. Herbata z cytryną/owoc	Zupa z żółtej fasoli szparagowej z ziemniakami. Spaghetti w sosie pomidorowym z warzywami, z mięsem mielonym i papryką. Kompot wieloowocowy	Krucze ciasteczka(własny wypiek), jogurt naturalny z truskawkami i bananem. Herbata owocowa
<i>Alergeny</i>	<i>Mleko, gluten</i>	<i>Seler, gluten, jaja</i>	<i>Mleko, gluten, jaja</i>
Wt. 17.10.2017	Płatki kukurydziane na mleku. Jajecznica(na parze) ze szczypiorkiem, pieczywo mieszane z masłem, pomidor. Herbata z cytryną/owoc	Zupa gulaszowa z makaronem drobnym. Pulpecik z miruny pieczony, ziemniaki z koperkiem, surówka z kapusty kwaszonej, marchwi i jabłka. Kompot z owoców mieszanych	Pieczywo mieszane z masłem, szynka wieprzowa, sałata, papryka, rzodkiewka. Kawa zbożowa na mleku
<i>Alergeny</i>	<i>Mleko, gluten, jaja</i>	<i>Seler, gluten, jaja</i>	<i>Mleko, gluten</i>
Śr. 18.10.2017	Zacierki na mleku. Bułka grahamka z masłem, ser żółty, sałata, ogórek kwaszony, pomidor. Herbata z cytryną/owoc	Kapuśniak z ziemniakami. Klopsiki wieprzowe w sosie pomidorowym, kasza gryczana, surówka z kalarepki, marchwi i jabłka. Kompot z owoców mieszanych	Pieczywo mieszane z masłem, pasta z jajka i awokado z olejem rzepakowym, papryka do chrupania. Herbata owocowa
<i>Alergeny</i>	<i>Mleko, gluten</i>	<i>Seler, gluten</i>	<i>Mleko, gluten, jaja</i>
Czw. 19.10.2017	Kasza manna na mleku. Pieczywo mieszane z masłem, pasztet pieczony, ogórek kwaszony, pomidor. Herbata owocowa/owoc	Zupa ziemniaczana z pomidorami. Pierogi z białym serem, surówka z marchwi i jabłka. Kompot wieloowocowy	Bułka grahamka z masłem, schab pieczony, sałata, pomidor, rzodkiewka. Herbata z miętą
<i>Alergeny</i>	<i>Mleko, gluten</i>	<i>Seler, gluten, jaja</i>	<i>Mleko, gluten</i>
Pt. 20.10.2017	Lane kluseczki na mleku. Bułka kajzerka z masłem, serek kanapkowy, sałata, papryka, ogórek zielony. Herbata owocowa/owoc	Krupnik z kaszy jaglanej. Frykadutki drobiowe ze szpinakiem i żółtym serem, ziemniaki, surówka z kapusty czerwonej, jabłka i ogórka kwaszonego. Kompot wieloowocowy	Budyń śmietankowy z sosem malinowym, wafelek ryżowy. Herbata z cytryną
<i>Alergeny</i>	<i>Mleko, gluten, jaja</i>	<i>Seler, gluten, jaja, mleko</i>	<i>Mleko, gluten</i>

Jadłospis sporządziła: inż. Paulina Ekielska