

PRZEDSZKOLE NR 28

tel. +48 694 981 667
MENU: 18-22.11.2024r

PODSTAWOWA



	PONIEDZIAŁEK (1138kcal)	Waga porcji	WTOREK (1041kcal)	Waga porcji	ŚRODA (1053kcal)	Waga porcji	CZWARTEK (1174kcal)	Waga porcji	PIĄTEK (1065kcal)	Waga porcji				
ŚNIADANIE	Mleczna jaglanka z musem owocowym	150g	Chleb razowy Masło Ser biały z miodem	50g 10g 20g	Zupa mleczna z makaronem	150ml	Chleb razowy Masło Kiełbasa szynkowa z Bobrownik Świeże warzywa	50g 10g 20g 10g	Chleb pszenny Masło Pasta tuńczykowa z warzywami Słupki marchewki	50g 10g 20g 50g				
	Weka z masłem	30g		Grahamka z masłem		30g		Herbata rooibos		200ml	Herbata	200 ml		
	Herbata	200ml		Kakao z mlekiem		200ml		Herbata		200ml	Laktoza, białka mleka krowiego, gluten	311kcal	Laktoza, białka mleka krowiego, gluten, ryby, białka jaja kurzego	305kcal
alergeny	Laktoza, białka mleka krowiego, gluten	324kcal	Laktoza, białka mleka krowiego, gluten	308kcal	Laktoza, białka mleka krowiego, gluten	286kcal	Laktoza, białka mleka krowiego, gluten	311kcal	Laktoza, białka mleka krowiego, gluten, ryby, białka jaja kurzego	305kcal				
II ŚNIADANIE	Banan	100g (97kcal)	Śliwka	100g (36kcal)	Banan	100g (97kcal)	Jabłko	100g (47kcal)	Banan	100g (97kcal)				
OBIAD	Jesienna zupa jarzynowa z ziemniakami	250ml	Krupnik z jarzynami	250ml	Zupa krem z pomidorów z grzankami	250 ml 10g	Zupa kalafiorowa z kaszą jaglaną	250 ml	Zupa grysikowa	250ml				
	Spaghetti po bolońsku	170g		Meksykańska potrawka z indykiem i warzywami w pomidorach z ryżem		90g 80g		Makaron z jabłkami i cynamonem		170g	Pieczone medaliony z indyka Ziemniaki Kapusta zasmażana	1 szt 120g 80g	Naleśniki z serem i musem malinowym	2 szt
	Kompot wieloowocowy	200ml		Kompot wieloowocowy		200 ml		Kompot wieloowocowy		200ml	Kompot wieloowocowy	200 ml	Kompot wieloowocowy	200 ml
alergeny	Laktoza, białka mleka krowiego, seler, gluten	489kcal	seler, gluten	395kcal	Laktoza, białka mleka krowiego, seler	465kcal	Seler, gluten, laktoza, białka mleka krowiego, białka jaja kurzego	491kcal	Laktoza, białka mleka krowiego, gluten, seler, białka jaja kurzego	434kcal				
PODW. 1	Chleb mieszany Masło Szyńka z indyka Świeże warzywa	30g 5g 20g 10g	Jogurt z owocami	150ml	Chleb pszenny Masło Szyńka z kurczaka Świeże warzywa	30g 5g 20g 10g	Waniliowy pudding ryżowy	150g	Ciasto czekoladowe z truskawkami	80g				
	alergeny	Gluten, laktoza, białka mleka krowiego	183kcal	Laktoza, białka mleka krowiego	195kcal	laktoza, białka mleka krowiego, gluten	168kcal	białka mleka krowiego, laktoza	228kcal	białka mleka krowiego, laktoza, gluten, białka jaja kurzego	179kcal			
PODW. 2	Jabłko	100g (45kcal)	Banan	100g (97kcal)	Mandarynka	100g (36kcal)	Banan	100g (97kcal)	Gruszka	100g (50kcal)				

Jadłospis opracowała: mgr Magdalena Sobolewska – dietetyk kliniczny

Zakład produkuje potrawy zawierające gluten, mleko, jaja, soję, sezam, orzechy i ryby, możliwość występowania alergenów w śladowych ilościach.
UWAGA: Ze względu na warunki pogodowe rodzaj owoców podawanych na II podwieczerek może ulec zmianie.

