

JADŁOSPIS DEKADOWY NA OKRES JESIENI 2022 R.

DLA DZIECI PRZEDSZKOLNYCH NA DIECIE BEZMLECZNEJ I BEZGLUTENOWEJ

Dzień tygodnia	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
Poniedziałek	Ryż z jabłkiem, herbata, świeży owoc	Zupa ziemniaczana z koprem, spaghetti z mięsem i pomidorami, kalafior gotowany, ogórek kiszony lub małosolny, kompot	Kanapka z szynką i papryką, napój, gruszka
Wtorek	Kanapki z suchą wędliną z indyka, ogórek świeży, owoce, herbata	Barszcz czerwony z fasolą, schab w sosie, ziemniaki, surówka z kapusty białej, marchewka pieczona, kompot	Ciasto drożdżowe, flipsy, arbuzy, napój
Środa	Kanapki z wędliną schabową, ogórek kiszony, herbata, jabłko	Pomidorowa z ryżem, kotlet mielony, ziemniaki, surówka z rzodkwi ze szczypiorem, brokuły, kompot	Kanapka lub andrut z dżemem, paluszki bezglutenowe, sok owocowy
Czwartek	Kanapki z klopsiem pieczonym, rzodkiewki, herbata, gruszka	Jarzynowa z ziemniakami, filet z indyka w sosie, ryż, ogórek świeży, buraczki z jabłkiem, kompot	Babka ziemniaczana z mięsem, pomidor, herbata, śliwki
Piątek	Chleb bezglutenowy, parówki z szynki, ketchup z cukinii, herbata, jabłko, ogórek małosolny lub kiszony	Krupnik z kaszą jaglaną kotlet z ryby słodkowodnej, ziemniaki, surówka z warzyw mieszanych, kalafior, kompot	Kanapki z suchą wieprzową, papryka świeża, sok owocowy
Poniedziałek	Kanapki z polędwicą wieprzową, rzodkiewki, herbata, gruszka	Zupa dyniowa lub cukiniowa z kluskami, pieczeń rzymska, ziemniaki, marchewki mini, sałatka z pekinki z papryką i świeżym ogórkiem, kompot	Ryż z mięsem, pomidor, jabłko, herbata
Wtorek	Makaron z sosem owocowym, herbata, śliwki	Kapuśniak ze słodkiej kapusty, kotlet schabowy, ziemniaki, bukiet z warzyw, mizeria, kompot	Kanapki z suchą wieprzową, papryka świeża, herbata, jabłko
Środa	Kanapki z salami wieprzowe, rzodkiewki, owoce, herbata	Zupa ogórkowa z ziemniakami, gulasz wieprzowy lub potrawka z królika, kasza jaglana, buraki pieczone, sałatka z pomidorów, kompot	Ciasto marchewkowe, flipsy, śliwki, napój owocowy
Czwartek	Kanapki z szynką, papryka świeża, herbata, gruszka	Zupa kalafiorowa z kluskami, ziemniaki z mięsem lub pyzy z mięsem, fasolka szparagowa, surówka z marchwi i jabłek, kompot	Placki drożdżowe, napój owocowy, winogrona
Piątek	Kabanosy, wafle ryżowe, jabłko, ogórek kiszony, herbata	Rosół z makaronem, pulpet z ryby, ziemniaki, surówka z kapusty czerwonej, brokuł gotowany, kompot	Kanapki z wędliną z szynkaru lub paszтет z królika, pomidor, arbuzy, herbata

Sporządziła dietetyczka: C. Grodzka