

JADŁOSPIS DEKADOWY NA OKRES ZIMY 2022/2023 r.

DLA DZIECI PRZEDSZKOLNYCH NA DIECIE BEZMLECZNEJ I BEZGLUTENOWEJ

Dzień tygodnia	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
Poniedziałek	Kanapki z suchą wieprzową, papryka, herbata, świeży owoc.	Zupa ogórkowa z ziemniakami; klopsik w sosie, ryż, bukiet z warzyw, surówka z rzodkwi ze szczypiorem i olejem, kompot.	Cisto marchewkowe lub biszkoptowe, flipsy, napój owocowy, morele suszone.
Wtorek	Parówki z szynki, chleb bezglutenowy, pomidor, herbata, świeże owoce.	Krupnik z kaszą jaglaną i koprem; schab w sosie, ziemniaki, surówka z kapusty czerwonej, marchewka pieczona, kompot.	Kanapki z szynką z indyka na wafłach ryżowych, ogórek kiszony, gruszki, herbata.
Środa	Kanapki z salami wieprzowe, papryka, świeża marchew, herbata, jabłko.	Jarzynowa z ziemniakami; spaghetti z mięsem i pomidorami, ogórek kiszony, sałatka z buraczków, kompot.	Babka ziemniaczana z mięsem, herbata, owoce suszone.
Czwartek	Placki drożdżowe, herbata, jabłko, gruszki.	Kapuśniak ze świeżej kapusty; filet z indyka w sosie, ziemniaki, fasolka szparagowa, surówka z marchwi i jabłko, kompot.	Kanapki z pasztetem mięsno – jarzynowym lub wędliną własnej produkcji, ogórek kiszony, herbata, owoc.
Piątek	Kanapki z suchą krakowską, papryka, herbata, jabłko.	Pomidorowa z ryżem; kotlet z ryby słodkowodnej, ziemniaki, surówka z sałaty pekińskiej, kalafior, kompot.	Babeczki piaskowe z dżemem, lub paluszki bezglutenowe, kisiel owocowy, piramidki ryżowe.
Poniedziałek	Kanapki z suchą z indyka, pomidor, herbata, gruszka.	Rosół z makaronem; pieczeń rzymska, ziemniaki, marchewka z groszkiem duszona, sałatka z ogórka kiszzonego, kompot.	Ryż z mięsem, warzywa, herbata owocowa.
Wtorek	Kanapki z salami, pomidor, herbata, owoce.	Dyniowa z kluskami; kotlet schabowy, ziemniaki, kapusta na ciepło, surówka z kalarepki, kompot.	Ciasto drożdżowe lub pizza, sok owocowy, owoce suszone.
Środa	Makaron z sosem owocowym, herbata, owoce.	Barszcz ukraiński; gulasz wieprzowy, ryż, brokuły, surówka z marchwi i ogórka kiszzonego, kompot.	Parówki z szynki, chleb bezglutenowy, kalarepka, owoce, herbata.
Czwartek	Kanapki z klopsem, ogórek kiszony, herbata, owoce.	Zupa kalafiorowa z zacierką; ziemniaki z mięsem lub pyzy z mięsem, surówka z warzyw mieszanych, fasolka szparagowa, kompot.	Placki drożdżowe, herbata owocowa, jabłko.
Piątek	Kabanosy ,chleb bezglutenowy, papryka, jabłko, herbata.	Zupa z soczewicy z ziemniakami; pulpet z indyka, kasza jaglana, buraczkki pieczone, surówka z białej kapusty, kompot.	Wafle ryżowe z dżemem, jabłko pieczone, sok owocowy lub ryż z jabłkiem, popcorn.