

JADŁOSPIS DEKADOWY NA OKRES WIOSENNY 2023 r.

DLA DZIECI PRZEDSZKOLNYCH NA DIECIE BEZMLECZNEJ I BEZGLUTENOWEJ

Dzień tygodnia	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
Poniedziałek	Kanapki z suchą krakowską, rzodkiewka, herbata, jabłka.	Zupa ziemniaczana lub z soczewicy z ziemniakami. Gulasz z kaszą jaglaną lub gryczaną, kalafior, sałatka z ogórka kiszzonego z jabłkiem i szczypiorem, kompot.	Ciasto biszkoptowe lub marchewkowe, sok owocowy, owoce suszone.
Wtorek	Makaron z sosem owocowym, herbata, chrupki kukurydziane, gruszki.	Kapuśniak ze słodkiej kapusty. Kotlet mielony lub klopsik w sosie, ziemniaki, surówka z marchwi i jabłka, sałata zielona ze szczypiorem i olejem, kompot.	Kanapki z polędwicą i ogórkiem świeżym, herbata, ślimaczki owocowe.
Środa	Kanapki z salami wieprzowe, sałata zielona, herbata, owoce sezonowe.	Jarzynowa z ziemniakami. Filet z indyka w sosie lub strogonow z udźca indyka, ryż, buraczki z jabłkiem, mizeria z olejem, kompot.	Babka ziemniaczana z mięsem, pomidor, papryka, herbata ziołowa.
Czwartek	Parówki bezglutenowe, herbata, jabłka, kalarepka, rzodkiewki, chleb bezglutenowy.	Dyniowa z kluskami. Schab w sosie, ziemniaki, brokuły, surówka z warzyw mieszanych z olejem, kompot.	Placki drożdżowe, owoce, herbata.
Piątek	Kanapki z kielbasą bieberzańską i ogórkiem świeżym, herbata, owoce sezonowe.	Pomidorowa z ryżem. Kotlet z ryby słodkowodnej, ziemniaki, fasolka szparagowa, surówka z białej kapusty z koprem, kompot.	Andruty ryżowe z dżemem lub ciasto kruche z dżemem, sok owocowy, flipsy, owoce świeże.
Poniedziałek	Kanapki z żywiecką z indyka, pomidor, owoce, herbata.	Rosół z makaronem. Pieczeń rzymska, ziemniaki, bukiet z warzyw, sałatka z kalarepki z olejem, kompot.	Ryż z mięsem, ogórek świeży lub małosolny, herbata, lub ryż z jabłkiem, paluszki bezglutenowe.
Wtorek	Kabanosy, wafle ryżowo - kukurydziane, herbata, papryka świeża, owoce sezonowe.	Zupa kalafiorowa z zacierką. Filet z indyka panierowany, ziemniaki sałatka wiosenna, marchewka pieczona, kompot.	Kanapki z wędliną własnej produkcji, paszтетem lub klopsiem, ogórek kiszony, herbata, owoce suszone.
Środa	Kanapki z kielbasą bieberzańską, rzodkiewki, herbata, owoce świeże.	Botwina lub barszcz czerwony z ziemniakami. Spaghetti z mięsem i pomidorami, brokuły, mizeria z olejem, kompot.	Hamburgery wieprzowe z warzywami i bułką bezglutenową, herbata.
Czwartek	Placki drożdżowe herbata, owoce sezonowe.	Krupnik z kaszą jaglaną i koprem. Ziemniaki zapiekane z mięsem lub pyzy z mięsem, fasolka szparagowa, surówka z kapusty czerwonej z olejem, kompot.	Kanapki z salami wieprzowe, pomidor, rzodkiewki, herbata, piramidki bezglutenowe.
Piątek	Kanapki z szynkową wieprzową, ogórek świeży, herbata, owoce sezonowe.	Ogórkowa z ziemniakami. Pulpet z indyka lub wieprzowiny, ryż, buraczki pieczone, sałatka z kapusty pekińskiej z papryką, kompot.	Babeczki piaskowe lub dżemowe, chrupki kukurydziane, sok owocowy.

Sporządziła: diet. C. Grodzka.