

## JADŁOSPIS DEKADOWY NA OKRES ZIMOWY 2023/2024

### DLA DZIECI PRZEDSZKOLNYCH NA DIECIE BEZMLECZNEJ I BEZGLUTENOWEJ

Poniedziałek	Kanapki z szynką wieprzową. Papryka. Herbata. <hr/> Owoce i warzywa	Zupa pomidorowa z ryżem. Kotlet schabowy. Ziemniaki. Surówka z kapusty pekińskiej. Brokuł pieczony. Kompot.	Ciasto biszkoptowe. Herbata ziołowa. Owoce.
Wtorek	Kanapki z klopsiem pieczonym. Ogórki kiszzone. Herbata <hr/> Owoce i warzywa	Zupa warzywna z białą kapustą. Potrawka drobiowa z papryką, cukinią i marchewką. Kasza jaglana. Mini marchewki. Brokuł pieczony.	Makaron z sosem owocowym. Owoce. Herbata ziołowa.
Środa	Kanapki z szynką. Kalarepa. Herbata. <hr/> Owoce i warzywa	Zupa z brokułów. Filet z indyka gotowany z cebulką. Ryż. Surówka z kapusty czerwonej. Papryka czerwona. Kompot.	Parówki z szynki, chleb. Sos pomidorowo-cukiniowy. Herbata. Owoce.
Czwartek	Kisiel z czarnej porzeczki z siemienia lnianego. Wafle z ryżu lub amarantusa. <hr/> Owoce i warzywa	Zupa z fasolką szparagową. Kiełbasa pieczona. Ziemniaki. Marchew z groszkiem duszona. Ogórek kiszony. Kompot Kompot.	Kotlety z kalafiora lub brokułu i ziemniaków pieczone w piecu konwekcyjnym. Herbata ziołowa.
Piątek	Kanapki z szynką z indyka. Marchew w słupki. Herbata. <hr/> Owoce i warzywa (jabłko, gruszka, marchew, kalarepa, papryka)	Zupa kalafiorowa. Kotlet z ryby słodkowodnej. Ziemniaki. Małe marchewki. Ogórki kiszzone. Kompot.	Wafle ryżowe lub z amarantusa z dżemem. Herbata z melisy. Warzywa (kalarepa, papryka, marchewka)

Poniedziałek	Kanapki z szynką wieprzową. Papryka. Herbata. <hr/> Owoce i warzywa	Zupa marchewkowa z ryżem. Kotlet mielony. Ziemniaki. Surówka z białej kapusty z koperkiem i papryką. Brukselka. Kompot.	Babeczki z kaszy jaglanej. Herbata ziołowa. Owoce.
Wtorek	Kanapki z poledwicą. Ogórki kiszzone. Herbata <hr/> Owoce i warzywa	Barszcz ukraiński. Pulpety z indyka w sosie pomidorowym. Kasza gryczana. Surówka z marchewki i jabłka. Kalafior pieczony. Kompot.	Kanapki z suchą z indyka z chlebem gryczanym. Herbata. Owoce.
Środa	Kanapki z mięsem pieczonym. Kalarepa. Herbata. <hr/> Owoce i warzywa	Zupa wielowarzywna z brukselką i ziemniakami. Risotto z mięsem wieprzowym. Surówka z rzodkwi ze szczypiorkiem i olejem. Burak pieczony. Kompot.	Ciasto kruche z owocami. Herbata. Owoce.
Czwartek	Placuszki drożdżowe z cukrem pudrem, pieczone w piecu konwekcyjnym. Owoce. Herbata <hr/> Marchewka w słupki Owoce i warzywa	Zupa dyniowa z kluseczkami. Sznycel z indyka duszony w sosie koperkowym. Ziemniaki. Surówka z kapusty czerwonej. Fasolka szparagowa. Kompot.	Legumina owocowa. Paluszki bezglutenowe. Świeże warzywa i owoce. Herbata ziołowa.
Piątek	Grzanki z ziołami i szynką, papryka. Herbata. <hr/> Owoce i warzywa (jabłko, gruszka, marchew, kalarepa, papryka)	Zupa ogórkowa. Pulpety z ryby słodkowodnej. Ryż. Marchew z jabłkiem. Kalarepa. Kompot.	Krakersy z siemienia lnianego. Kisiel owocowy. Herbata owocowa. Owoce.