

JADŁOSPIS DEKADOWY NA OKRES JESIENI 2020 R.

DLA DZIECI PRZEDSZKOLNYCH NA DIECIE BEZMLECZNEJ I BEZGLUTENOWEJ

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
poniedziałek	Kanapki z szynką i pomidorem herbata, owoc świeży	Zupa z soczewicy z ziemniakami, ryż z mięsem, sałata zielona ze szczypiorem, bukiet z warzyw, kompot	Ciasto marchewkowe, gruszka, napój owocowy
wtorek	Kanapki z wędliną z indyka, ogórek świeży, owoce, herbata	Krupnik z kaszą jaglaną i koprem, kotlet schabowy, ziemniaki, surówka z marchwi i jabłka, kapusta biała na ciepło lub fasolka szparagowa, kompot	Makaron z owocami, napój owocowy, jabłko, paluszki bezglutenowe
środa	Kanapki z wędliną schabową, rzodkiewki, herbata, jabłko	Zupa dyniowa lub cukiniowa, kotlet mielony, ziemniaki, ogórek świeży ze szczypiorem, brokuły gotowane, kompot	Parówki z szynki, chleb bezglutenowy, owoce, napój, sos pomidorowo - paprykowy
czwartek	Kanapki z klopsiem pieczonym i pomidor, herbata, gruszka	Kapuśniak z ziemniakami, filet z indyka w sosie, ryż, surówka z rzodkwi, marchewki pieczone, kompot	Placki drożdżowe z jabłkiem lub pizza dietetyczna, arbuz napój owoc
piątek	Kanapki z salami i papryką, herbata, jabłko	Jarzynowa z ziemniakami pyzy z mięsem lub ziemniaki pieczone z mięsem, sałata z ogórkiem kiszonym z jabłkiem i marchewką, buraczki pieczone, kompot	Kanapka z pastą mięsną, zestaw warzyw, winogrona herbata ziołowa
poniedziałek	Kanapki z polędwicą – bekonem, ogórek świeży, herbata, gruszka	Pomidorowa z ryżem pieczeń rzymska, ziemniaki, kalafior gotowany, surówka z warzyw mieszanych, kompot	Babka piaskowa, napój owocowy, owoce suszone, lub sezonowe
wtorek	Kanapki z suchą krakowską i pomidorem herbata, owoce	Ogórkowa z ziemniakami, pieczeń schabowa w sosie, kasza jaglana, buraczki z jabłkiem, surówka z kap białej z oliwą, kompot	Ryż lub legumina z owocami, flipsy, arbuz, woda mineralna
środa	Kanapki + pasztet z królika lub mięs- jarzynowy, owoc, herbata	Kalafiorowa z zacierką filet z indyka panierowany, ziemniaki, march duszona, sałata z pekinki, ogórka świeżego, papryki i szczypioru, kompot	Ciasto drożdżowe z jabłkiem, śliwki, sok owocowy
czwartek	Kanapki z wędliną z szynkaru rzodkiewka, herbata, jabłko	Barszcz ukraiński, makaron a la spaghetti z mięsem i pomidorami, brokuły gotowane, ogórek kiszony kompot	Babka ziemniaczana z mięsem, zestaw warzyw, herbata ziołowa
piątek	Kanapki z kielbasą biebrzańską, papryka świeża, owoce, herbata	Rosół z makaronem, kotlet z ryby, ziemniaki, surówka z kapusty czerwonej, sałatka z pomidorów, kompot	Wafle z dżemem, jabłko pieczone, chrupki kukurydziane