

Jadłospis - Zerówka

Poniedziałek 16.12.2024r.

Śniadanie:

Płatki kukurydziane na mleku -1,7 (płatki kukurydziane mleko 2%), Rogal z masłem i dżemem- 1,7,
Kawa zbożowa na mleku- 1,7 (mleko 2%, kawa zbożowa zawiera jęczmień, żyto, miód 5g)

I danie:

Zupa krupnik – 7,9 (woda, marchew, seler, pietruszka, ziemniaki, kasza jęczmienna, przyprawy: sól, pieprz, majeranek)

II danie

Spaghetti z sosem bolognese z warzywami – 1,9 (makaron spaghetti(pszenica), łąpatka, marchew, pietruszka, seler, przecier pomidorowy, cebula, majeranek, pieprz, sól, bazylija, oregano, mąka tortowa(pszenica) Sałatka z ogórka kiszzonego (ogórek kiszony, marchew, natka pietruszki, oliwa z oliwek, Kompot(woda, porzeczka czarna, truskawka, wiśnia, miód 5g)

Podwieczorek

Ciasto salceson z jabłkiem – 1,3(mąka(pszenica), jaja, cukier trzcinowy, jabłko, olej) Herbata rumiankowa

Wtorek 17.12.2024r.

Śniadanie:

Ryż na mleku-7 (ryż, mleko 2%), Chleb z masłem, pasta rybna z serkiem białym i szczypiorkiem – 1,4,7 (chleb zwykły (pszenica, żyto) masło (mleko) filet w pomidorach (ryba) ser biały (mleko)szczypior) bukiet warzyw, Herbata z miodem, Mleko (mleko) - 7

I danie

Zupa kalafiorowo - brokułowa - 7,9 (woda, marchew, seler, pietruszka, ziemniaki, koper, natka pietruszki ,kalafior, brokuł, śmietana słodka 18%(mleko) przyprawy: sól, pieprz)

II danie

Ziemniaki, kotlet mielony pieczony, -1,3(ziemniaki, łąpatka, cebula, olej, bułka tarta(pszenica), jaja, sól, pieprz) Surówka kolorowa (kapusta, marchew, jabłko, natka pietruszki, przyprawy: sól, pieprz) Kompot(woda, porzeczka czarna, truskawka, wiśnia, miód 5g)

Podwieczorek

Gofry z frużeliną z wiśni – 3,7 (mleko 2% , mąka, jaja, wiśnia, proszek do pieczenia), Herbata owocowa

Środa 18.12.2024r.

Śniadanie:

Płatki jaglane na mleku - 1,7 (mleko 2%, płatki jaglane), Chleb z masłem, wędlina, pomidor, szczypior(chleb zwykły (pszenica, żyto), Kawa zbożowa na mleku- 1,7 (mleko 2%, kawa inka, miód)

I danie:

Żurek z jakim- 3,7,9 (woda, por, marchew, seler, pietruszka, natka pietruszki, ziemniaki, żurek, jaja, śmietana słodka(mleko) przyprawy: sól, pieprz)

II danie

Kopytka, kapusta zasmażana -1,3(mąka pszenna, jaja, ziemniaki, kapusta biała, kapusta kiszona, olej, kiełbasa, przyprawy: sól, pieprz, majeranek, ziele angielskie, liść laurowy) kisiel pitny (wiśnia,, truskawka, porzeczka czarna, miód, mąka ziemniaczana)

Podwieczorek

Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamonem – 7 (ryż, jabłko, cynamon, masło(mleko), mleko)

Czwartek 19.12.2024r.

Śniadanie:

Kasza manna na mleku- 5,7,8 (mleko 2%, kasza manna), Chleb z masłem, ser biały, szczypior(chleb zwykły (pszenica, żyto), masło (mleko), ser biały (mleko) szczypior – 1,3,7, bukiet warzyw Kakao - 1, 7 (mleko 2%, kakao, miód)

I danie

Zupa brukselkowa – 9 (woda, ziemniaki, seler, pietruszka, brukselka, marchewka, koper, śmietana słodka (mleko), przyprawy – sól, pieprz)

II danie

Pierogi z białym serem, ziemniakami -1,7 (mąka pszenna, woda, ziemniaki, ser biały(mleko), cebula, olej) Sałatka z pomidorów- 7 (pomidor, szczypior, śmietana kwaśna(mleko) Sok owocowo - warzywny(marchew, jabłko, gruszka, pomarańcza)

Podwieczorek

Gofry z frużeliną jagodową – 3,7 (mleko 2% , mąka, jaja, jagody, proszek do pieczenia), Herbata owocowa

Piątek 20.12.2024r.

Śniadanie:

Płatki kukurydziane na mleku – 1,7 (mleko 2%, płatki kukurydziane), Bułka z masłem, jajko, papryka czerwona, szczypior – 1,3, 7 (bułka(pszenica) jaja, masło(mleko),papryka czerwona, szczypior), Kawa inka – 1,7 (mleko 2%, kawa inka, miód)

I danie

Zupa ogórkowa - 7,9 (marchew, seler, pietruszka, ziemniaki, ogórek kiszony, natka pietruszki, por, śmietana słodka (mleko), przyprawy: sól pieprz, liść laurowy, ziele angielskie)

II danie

Ziemniaki, ryba pieczona mielona – 1,3,4 (ziemniaki, ryba, morszczuk, jaja, mąka(pszenna) bułka tarta(pszenica) olej, przyprawy: sól, pieprz) Surówka kolorowa (kapusta, marchew, jabłko, natka pietruszki, przyprawy: sól, pieprz) Kompot (wiśnia, porzeczka, woda, miód)

Podwieczorek

Ciastko kruche – wyrób własny 1,3,7(mąka, cukier trzcinowy, masło(mleko) śmietana kwaśna(mleko) jaja) herbata

Poniedziałek 23.12.2024r.

Śniadanie:

Ryż na mleku-5,7,8 (Ryż, mleko 2%), Chałka z masłem i miodem1,7(chałka pszenna, masło (mleko)
miód, Kakao – 7 (mleko 2 %, kakao)

I danie

Zupa jarzynowa- 7,9 (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mieszanka warzywna, śmietana słodka
18%(mleko), przyprawy: sól, pieprz)

II danie

Ziemniaki, kotlet drobiowy z warzywami – 1,3 (ziemniaki, filet, jaja, marchew, pietruszka, natka
pietruszki, bułka tarta(pszenica) surówka kolorowa (kapusta, marchew, natka pietruszki, sól, pieprz,
oliwa z oliwek) Sok owocowo – warzywny (jabłko, pomarańcza, gruszka, marchew, cytryna)

Podwieczorek

Brzoskwinie, ananas, jabłko, z jogurtem naturalnym(mleko)- 7

Piątek 27.12.2024r.

Śniadanie:

Makaron ryżowy na mleku-1,7 (mleko 2%, makaron ryżowy (pszemica), Chleb z masłem mięsno –
warzywna, szczypior - 1,9 (chleb zwykły (pszemica, żyto) masło (mleko) filet, marchew, seler,
pietruszka, cebula, koper, szczypior) Bukiet warzyw, Kawa inka na mleku – 1,7(mleko, kawa inka
zawiera jęczmień, żyto) miód)

I danie

Zupa pomidorowa z makaronem – 1,7, 9 (woda, marchew, seler, pietruszka,
makaron(pszemica),natka pietruszki, przecier pomidorowy, śmietana słodka(mleko), przyprawy: sól,
pieprz)

II danie

Kluski leniwe z serem polane masłem i bułką tartą – 1,3,7(ziemniaki, mąka(pszemica) ser
biały(mleko)jaja, olej, masło(mleko) bułka tarta(pszemica) Sałatka owocowa(banan, pomarańcza,
kiwi, jabłko, gruszka) Jogurt owocowy – 7 (jogurt naturalny (mleko)owoce) Kompot(wiśnia,
porzeczka, woda, miód)

Podwieczorek

Gofry z frużeliną wiśniową– 3,7 (mleko 2% , mąka, jaja, wiśnia, proszek do pieczenia), Herbata
owocowa

Poniedziałek 30.12.2024r.

Śniadanie:

Płatki owsiane na mleku – 1,7 (mleko, płatki owsiane) Chleb z masłem, ser biały ze szczyporkiem
(chleb zwykły (pszemica, żyto, masło (mleko) ser biały(mleko) -1,7, Kawa zbożowa na mleku-7 (mleko)
kawa zbożowa zawiera jęczmień, żyto,

I danie

Zupa marchewkowa – 9 (woda, seler, pietruszka, marchewka, natka pietruszki, por, ziemniaki,
przyprawy-sól, pieprz, śmietana słodka(mleko)

II danie

Ryż, klopsiki rybne w sosie śmietankowo koperkowym – 1,3,4,7 (ryż, ryba, jaja, bułka tarta(pszenica), kasza manna, śmietana słodka(mleko), olej) Surówka wielowarzywna(kapusta, papryka czerwona, ogórek, pomidor, rzodkiewka, por, cebula czerwona, oliwa z oliwek, sól, pieprz) Kompot (wiśnia, porzeczka, woda, miód)

Podwieczorek

Ciasto drożdżowe z owocami, migdałami – 1,3,7 (mleko, drożdże, jaja, mąka pszenna, owoce migdały, masło(mleko) cukier trzcinowy, Herbata z cytryną

Wtorek 31.12.2024r.

Śniadanie:

Kasza kuskus na mleku – 1,7 (mleko, kasza kuskus) Chleb z masłem, ogórek, szczypior (chleb zwykły (pszenica, żyto, masło (mleko) ogórek, szczypior) -1,7, Jajecznica ze szczypiorkiem – 3,7(jaja, masło(mleko) Kawa inka na mleku-7 (mleko) kawa inka)

I danie

Zupa żurek z jajkiem – 3,7,9 (woda, seler, pietruszka, marchewka, żurek, jaja, natka pietruszki, por, ziemniaki, przyprawy-sól, pieprz, śmietana słodka(mleko)

II danie

Naleśniki owsiane z serem i powidłem – 1,3,7(mąka pszenna, jaja, płatki owsiane, cukier trzcinowy, mleko, olej, powidło, śmietana kwaśna(mleko) ser biały(mleko) Surówka z selera, ananasa, śmietany – 7,9 (seler, ananas, śmietana(mleko) Jogurt owocowy – 7 (jogurt naturalny(mleko), owoce)

Podwieczorek

Gofry z frużeliną jagodową – 3,7 (mleko 2% , mąka, jaja, jagoda, proszek do pieczenia), Herbata rumiankowa

Posiłki rozdrobnione i przecierane dostosowane do wieku dziecka, jadłospis może ulec zmianie, dzieci z alergią (produkty zastępcze).

Zupy gotowane są na wywarach mięsnych lub jarskich.

Godziny podawania posiłków:

Śniadanie – 8:15; II śniadanie – 9:30; I danie – 10:30; II danie – 13:30; podwieczorek – 14:30.