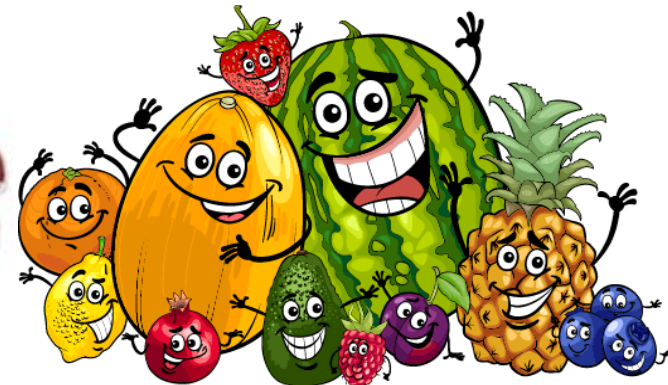




# JADŁOSPIS



DZIEŃ TYGODNIA	ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
<b>PONIEDZIAŁEK</b> <b>03.07.23 R.</b>	Chleb słowiański z masłem, szynka wieprzowa, papryka Kakao / Herbata z cytryną /1,6,7,9,10/ Wartość kaloryczna 354 kcal	Suszone owoce	Zupa kminkowa z zielenią Ryż z polewą truskawkową Kompot owocowy /1,6,7,9,10/ Wartość kaloryczna 511 kcal	Bułka z ziarnami z masłem, hummus z suszonymi pomidorami Napój owocowy/ Woda mineralna /1,6,7,9,10,11,13/ Wartość kaloryczna 153 kcal
<b>WTOREK</b> <b>04.07.23 R.</b>	Chleb mazowiecki z masłem, pasta twarogowo – rybna, ogórek kiszony Kawa biała / Herbata z cytryną /1,4,6,7,10/ Wartość kaloryczna 349 kcal	Jabłka	Zupa jarzynowa z kaszą bulgur i zielenią Nuggetsy z kurczaka z ziemniakami, mizeria Kompot z czarnej porzeczki /1,3,6,7,9,10/ Wartość kaloryczna 526 kcal	Budyń śmietankowy z sokiem malinowym, rurki wafelowe Woda mineralna /1,3,5,6,7,8/ Wartość kaloryczna 148 kcal
<b>ŚRODA</b> <b>05.07.23 R.</b>	Chleb z ziarnami z masłem, pasta jajeczna z rzodkiewką i szczypiorkiem Kakao / Herbata z cytryną /1,3,6,7,11,13/ Wartość kaloryczna 341 kcal	Arbuz	Krem z cukinii z grzankami Gulasz z biodrówki z kaszą jęczmienną, ogórek kiszony Kompot owocowy /1,6,7,9,10/ Wartość kaloryczna 519 kcal	Mus owocowy, paluszki Woda mineralna /1,3,6,7,11/ Wartość kaloryczna 158 kcal
<b>CZWARTEK</b> <b>06.07.23 R.</b>	Chleb graham z masłem, ser żółty, pomidor Kawa biała/ Herbata z cytryną /1,3,6,7/ Wartość kaloryczna 351 kcal	Mix owoców	Rosół z makaronem i zielenią Risotto z warzywami Kompot z czarnej porzeczki /1,3,6,7,9,10/ Wartość kaloryczna 515 kcal	Ciasto drożdżowe z rabarbarem i kruszonką Napój owocowy/ Woda mineralna /1,3,6,7/ Wartość kaloryczna 149 kcal
<b>PIĄTEK</b> <b>07.07.23 R.</b>	Płatki kukurydziane z mlekiem/ Weka z masłem i dżemem Herbata z cytryną /1,6,7/ Wartość kaloryczna 344 kcal	Marchewka w paski	Zupa pomidorowa z lanym ciastem i zielenią Jajko sadzone, młode ziemniaczki, sałata z kefirem Kompot owocowy /1,3,6,7,9,10/ Wartość kaloryczna 538 kcal	Baton zbożowy Sok owocowy/ Woda mineralna /1,5,6,7,8,11/ Wartość kaloryczna 152 kcal

**WODA MINERALNA NIEGAZOWANA JEST DOSTĘPNA DLA DZIECI W PRZEDSZKOLU BEZ OGRANICZENIA!!!**