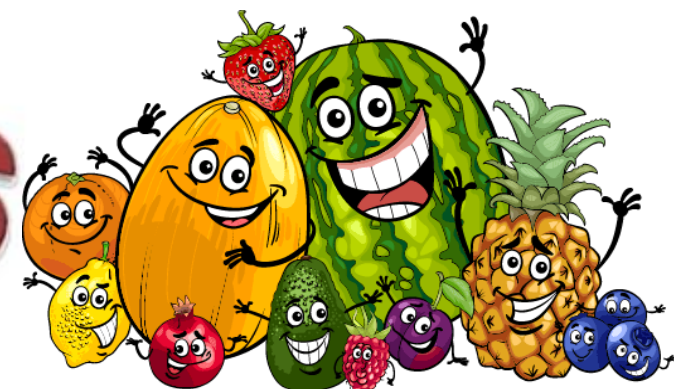




# JADŁOSPIS



DZIEŃ TYGODNIA	ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
<b>PONIEDZIAŁEK</b> <b>04.12.23 R.</b>	Chleb graham z masłem, szynka z Bobrownik, ogórek kiszony Kawa biała / Herbata z cytryną /1,6,7,9,10/ Wartość kaloryczna 354 kcal	Suszone owoce	Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną i zielenią Spaghetti z mięsem Kompot owocowy /1,3,6,7,9/ Wartość kaloryczna 516 kcal	Jogurt borówkowy, herbatniki Woda mineralna /1,3,6,7/ Wartość kaloryczna 146 kcal
<b>WTOREK</b> <b>05.12.23 R.</b>	Chleb wieloziarnisty z masłem, ser żółty, pomidor, szpinak Herbata z cytryną /1,6,7,11,13/ Wartość kaloryczna 344 kcal	Mix owoców	Zupa pomidorowa z makaronem razowym i zielenią Filet z kurczaka w panierce panco z ziemniakami, mizeria ze śmietaną Kompot z czarnej porzeczki /1,3,6,7,9/ Wartość kaloryczna 531 kcal	Baton zbożowy Sok owocowy/Woda mineralna /1,5,6,7,8/ Wartość kaloryczna 149 kcal
<b>ŚRODA</b> <b>06.12.23 R.</b>	Chleb spółdzielczy z masłem, szynka, ser żółty, ser halloumi, mix warzyw (pomidor, ogórek, papryka) Kakao/ Herbata z cytryną /1,3,6,7,9,10/ Wartość kaloryczna 341 kcal	Mix owoców	Mazurska zupa rybna z ziemniakami i zielenią Sztuka mięsa w sosie chrzanowym z kaszą bulgur, mini marchewka Kompot owocowy /1,4,6,7,9/ Wartość kaloryczna 523 kcal	Pizza z sosem pomidorowym, szynką i serem Napój owocowy/ Woda mineralna /1,3,6,7,9,10/ Wartość kaloryczna 156 kcal
<b>CZWARTEK</b> <b>07.12.23 R.</b>	Chleb mazowiecki z masłem, ryba w pomidorach Kawa biała/ Herbata z cytryną /1,4,6,7,9/ Wartość kaloryczna 352 kcal	Mix owoców	Zupa koperkowa z ryżem i zielenią Schab w sosie własnym z ziemniakami, buraczki Kompot owocowy /1,6,7,9,10/ Wartość kaloryczna 519 kcal	Mus owocowy, paluszki chlebowe Woda mineralna /1,3,6,7,10,11/ Wartość kaloryczna 144 kcal
<b>PIĄTEK</b> <b>08.12.23 R.</b>	Crunchy czekoladowo bananowe z mlekiem/ Weka z masłem, serek śmietankowy z grillowanymi warzywami Herbata z cytryną /1,5,6,7,8/ Wartość kaloryczna 348 kcal	Marchewka w paski	Krem cebulowy z groszkiem ptysiowym Pierogi z owocami Kompot z czarnej porzeczki /1,3,6,7,9/ Wartość kaloryczna 511 kcal	Bułka z ziarnami z masłem, paprykarz z kaszy jaglanej Napój owocowy/ Woda mineralna /1,6,7,9,11,13/ Wartość kaloryczna 149 kcal

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