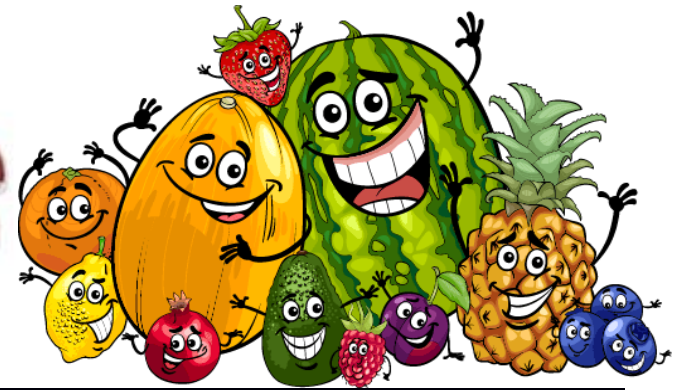




# JADŁOSPIS



DZIEŃ TYGODNIA	ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
<b>PONIEDZIAŁEK</b> <b>06.03.23 R.</b>	Chleb wiejski z masłem, szynka gotowana, papryka Kawa biała / Herbata z cytryną /1,6,7,9,10/ Wartość kaloryczna 356 kcal	Suszone owoce	Zupa jarzynowa z kaszą bulgur i zielenią Paruchy z polewą truskawkową Kompot owocowy /1,3,6,7,9,10/ Wartość kaloryczna 511 kcal	Bułka z ziarnami z masłem, pasta ze słonecznika z pomidorami Napój owocowy / Woda mineralna /1,6,7,11,13/ Wartość kaloryczna 156 kcal
<b>WTÓREK</b> <b>07.03.23 R.</b>	Owsianka z jabłkami i żurawiną/ Chleb słonecznikowy z masłem, pasta z awokado Herbata z cytryną /1,3,6,7,/ Wartość kaloryczna 360 kcal	Mix owoców	Krem pieczarkowy z grzankami i zielenią Grillowany filet z kurczaka z ziemniakami, surówka z kapusty pekińskiej Kompot wiśniowy /1,6,7,9,10/ Wartość kaloryczna 520 kcal	Budyń śmietankowy, wafelki kakaowe Woda mineralna /1,3,5,6,7,8/ Wartość kaloryczna 161 kcal
<b>ŚRODA</b> <b>08.03.23 R.</b>	Chleb graham z masłem, pasta jajeczna z rzodkiewką Kakao / Herbata z cytryną i sokiem malinowym /1,3,6,7,10/ Wartość kaloryczna 371 kcal	Mix owoców	Zupa grochowa z ziemniakami Łazanki z kapustą i boczkiem Kompot z czarnej porzeczki /1,3,6,7,9,10/ Wartość kaloryczna 518 kcal	Bułka mini z masłem, szynka drobiowa, ogórek świeży Napój owocowy / Woda mineralna /1,6,7,9,10/ Wartość kaloryczna 160 kcal
<b>CZWARTEK</b> <b>09.03.23 R.</b>	Chleb mazowiecki z masłem, ser żółty, pomidor, roszponka Kakao / Herbata z cytryną /1,6,7/ Wartość kaloryczna 356 kcal	Mix owoców	Zupa ogórkowa z ryżem i zielenią Kotlet mielony z ziemniakami, buraczki Kompot rabarbarowy /1,3,6,7,9,10/ Wartość kaloryczna 510 kcal	Baton zbożowy Sok owocowy / Woda mineralna /1,5,6,7,8/ Wartość kaloryczna 146 kcal
<b>PIĄTEK</b> <b>10.03.23 R.</b>	Granola owocowa z mlekiem/ Weka z masłem i dżemem Herbata z cytryną /1,5,6,7,8/ Wartość kaloryczna 343 kcal	Marchewka w słupki	Zupa z soczewicy z makaronem ryżowym i zielenią Miruna panierowana z ziemniakami, surówka z kiszzonej kapusty Kompot z czerwonej porzeczki /1,3,4,6,7,9,10/ Wartość kaloryczna 526 kcal	Chałka z kruszonką Sok owocowy / Woda mineralna /1,3,6,7/ Wartość kaloryczna 152 kcal

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