



Jadłospis

PONIEDZIAŁEK 04.11.2024

Śniadanie:	Kawa inka na mleku (200ml), pieczywo pszenne, razowe (40g) z masłem (5g), wędlina (25g), pomidor malinowy, sałata rzymska (25g), herbata z miodem i cytryną (180ml) ALERGENY: 1, 7
Obiad:	Zupa ryżanka na wywarze mięsno- warzywnym (200ml), spaghetti z mięsem wieprzowym, warzywami, sosem pomidorowym (160g), ogórek kiszony do chrupania (25g), sok owocowy (180ml), jabłko ALERGENY: 1, 3, 7
Podwieczorek	Bułka owsiana (35g) z masłem (5g), ser żółty salami (25g), rzodkiewka (20g), herbata owocowa (180ml), mus owocowy (100g) ALERGENY: 1, 7

WTOREK 05.11.2024

Śniadanie:	Kasza manna na mleku (200ml), pieczywo pszenne, razowe (40g) z masłem (5g), pasta jajeczna ze szczypiorkiem (30g), ogórek (20g), herbata z miodem i cytryną (180ml) ALERGENY: 1, 3, 7
Obiad:	Zupa jarzynowa na wywarze mięsno- warzywnym (200ml), eskalopki wieprzowe w sosie musztardowo-miodowym (90g), kasza bulgur z vermicelli (40g), fasolka szparagowa na parze (60g), kompot owocowy (180ml), cząstki ananasa ALERGENY: 1, 7
Podwieczorek	Bułka z ziarnami (35g) z masłem (5g) wędlina (25g), papryka czerwona i żółta (20g), herbata miętowa (180ml), śliwka ALERGENY: 1, 7

ŚRODA 06.11.2024

Śniadanie:	Kakao (200ml), pieczywo pszenne, razowe (40g) z masłem (5g), wędlina (25g), pomidor malinowy, szczypiorek (25g), herbata z miodem i cytryną (180ml) ALERGENY: 1, 7
Obiad:	Zupa grochowa na wywarze mięsno- warzywnym (200ml), pierogi z serem (200g), polewą jogurtową, cząstkami mango, soczek owocowy (200ml) ALERGENY: 1, 3, 7
Podwieczorek	Bułka grahamka (35g) zapiekana z wędliną i serem, sos pomidorowy, herbata owocowa (180ml), mandarynka, Flips- batonik kakaowy (25g) ALERGENY: 1, 7

CZWARTEK 07.11.2024

Śniadanie:	Kulki zbożowe kakaowe na mleku (200ml), pieczywo pszenne, razowe (40g), masło (5g), parówki z szynki (40g), sos pomidorowy (5g), ogórek (20g), herbata z miodem i cytryną (180ml) ALERGENY: 1, 7
Obiad:	Kapuśniak na wywarze mięsno- warzywnym (200ml), pieczone udko z kurczaka (120g), ryż brązowy (40g), surówka z marchewki z porem, jabłkiem, sosem jogurtowym (60g), kompot owocowy (180ml), cząstki kaka ALERGENY: 1, 3, 7
Podwieczorek	Chałka (35g), kisiel (200ml), winogrona ALERGENY: 1, 7

PIĄTEK 08.11.2024

Śniadanie:	Płatki ryżowe na mleku (200ml), pieczywo pszenne, razowe (40g), masło (5g), wędlina (25g), papryka, cykorja (25g), herbata z miodem i cytryną (180ml) ALERGENY: 1, 7
Obiad:	Zupa pieczarkowa z makaronem na wywarze mięsno- warzywnym (200ml), paluszki rybne (90g), ziemniaki z koperkiem (160g), surówka: ogórek kiszony, marchewka, jabłko, oliwa z oliwek (60g), kompot owocowy (180ml), cząstki melona ALERGENY: 1, 3, 7
Podwieczorek	Bułka kajzerka (35g) z masłem (5g), powidła owocowe (10g), herbata rumiankowa (180ml), jabłko ALERGENY: 1, 7

- **Jadłospis z przyczyn niezależnych może ulec modyfikacji.**
- **W ciągu całego dnia Dzieci mają dostęp do wody źródlanej z dystrybutorów.**
- **W artykułach spożywczych, stosowanych do przygotowywania posiłków w przedszkolu, mogą znajdować się „alergeny ukryte”.**



*Przedszkole 18
w Warszawie*