

JADŁOSPIS



Data	I ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK 03.01.2022	Pieczywo -35g(1) z masłem-6g(7) z dżemem-6g Herbata z aronią-200 ml Szkłanka mleka-200ml	<i>Gruszka</i>	Żurek z ziemniakami - 250ml(1,7,9) Ryż z jabłkiem i cynamonem-150g Lemoniada cytrynowa z miodem-200ml	Pieczywo -35g(1) z masłem-6g(7) ser żółty-20g(7) ogórek konserwowy-8g, Herbata rumiankowa- 200ml
WTOREK 04.01.2022	Pieczywo-35g(1) z masłem-6g(7) Kurczak gotowany-20g,(9,10), pomidor-8g, sałata. Herbata z imbirem-200ml	<i>Marchewka</i>	Zupa pieczarkowa z makaronem- 250ml(1,7,9) Kotlet schabowy-70g, ziemniaki-100g(1), Surówka z kapusty pekińskiej w sosie jogurtowym-60g, Kompot z jabłek-200ml	"Owocowa deseczka" Krażki ryżowe-35g(1) z bananem, pomarańczą i gruszką Herbata z owoców leśnych-200ml
ŚRODA 05.01.2022	Pieczywo mieszane-35g(1) (chleb jasny i ciemny)z masłem-6g(7), kiełbasa gęłowska 20g,(9,10) jajko gotowane-10g(3) ogórek zielony - 8g Herbata miętowa-200ml Kawa zbożowa-200ml(7)	<i>Winogrona</i>	Zupa brokułowa z ziemniakami 250ml(1,7,9) Łazanki z mięsem i kapustą i pieczarkami- 120g(1,3) Lemoniada pomarańczowo- cytrynowa-200ml	Bułka mała lub bułka grahamka -60g(1) z masłem-6g(7) Twarożek z warzywami-25g,(7) Herbata z cytryną-250ml Kakao-200ml
ŚWIĘTO TRZECH KRÓLI				
PIĄTEK 07.01.2022	Rogal -35g(1) z masłem-6g(7) Zupa mleczna z płatkami owsianymi(1,7)-250ml Herbata truskawkowa-200ml	<i>Pestki dyni</i>	Zupa krem jarzynowa z grzankami 250ml(1,7,9) Jajko sadzone-60g(3), ziemniaki-100g(1), fasolka szparagowa-60g, Kompot owocowy-200ml	Kisiel owocowy z jabłuszkami(250 ml) Herbata owocowa-200ml

Do przygotowania posiłków wykorzystano sól sodowo-potasową w ilości 3g/dziecko dziennie oraz przyprawy: pieprz czarny, pieprz zieleny, kolendra, bazylia, oregano, lubczyk, majeranek, papryka czerwona, zioła prowansalskie, ziele angielskie, liść laurowy, natka pietruszki, wanilia, cukier.

Intendent zastrzega sobie prawo do modyfikacji jadłospisu.