

MENU

11-15.10.2021 BMJ

Poniedziałek

- Chleb graham⁽¹⁾, parówki z szynki, ketchup, ogórek kiszony, cząstki jabłka, herbata żurawinowa
- Zupa brokułowa z koperkiem. Makaron spaghetti⁽¹⁾ z sosem neapolitańskim z soczewicą, warzywa na parze, woda z melisą
- Bułeczka⁽¹⁾ musli z musem malinowym

Wtorek

- Jaglanka na mleku roślinnym z figami suszonymi, chleb razowy⁽¹⁾, oliwa, plasterki szynki, paseczki papryki, herbata z czarnej porzeczki
- Zupa jarzynowa z cukinią. Pulpeciki z indyka w sosie własnym, ryż, kapusta kiszona z mielonym kminkiem, kompot jabłkowy
- Pasta z pieczonej dyni piżmowej, wafel kukurydziany

Środa

- Chleb żytni⁽¹⁾, pasta guacamole z awokado i pomidorów, szczypiorek, śliwka, herbata z owoców leśnych
- Zupa z żółtego grochu. Gulasz z szynki wieprzowej z warzywami, kasza gryczana, buraki pieczone w piecu z jabłkiem i olejem rzepakowym tłoczonym na zimno, herbata ze świeżym imbirem
- Budyń waniliowy na mleku roślinnym, pałeczki kukurydziane

Czwartek

- Chleb wieloziarnisty⁽¹⁾, oliwa, hummus z tahini⁽¹¹⁾, plasterki pomidora, herbata malinowa
- Rosół z indyka z makaronem⁽¹⁾, natką pietruszki i marchewką. Kofta - kotlecik z dorsza^(1,4) z kurkumą, ziemniaki puree, surówka z kapusty kiszonej, kompot śliwkowy
- Kisiel jabłkowy z cynamonem, wafle ryżowe

Piątek

- Domowa granola⁽¹⁾ na mleku roślinnym, chleb żytni⁽¹⁾, oliwa, domowy pasztet drobiowo-warzywny, cząstki gruszki, herbata malinowa z pigwą
- Barszcz ukraiński z drobną fasolą i lubczykiem. Pierogi ruski bez sera⁽¹⁾, surówka z marchewki z jabłkiem, kompot gruszkowy
- Ciasto⁽¹⁾ ze śliwkami

Kaloryczność posiłków żłobka to 750 kcal realizowana w 4 posiłkach podawanych dzieciom: śniadanie, zupa, drugie danie, podwieczorek .

Kaloryczność posiłków przedszkola to 1050 kcal realizowana w 4 posiłkach śniadanie, zupa, drugie danie, podwieczorek.

OZNACZENIE ALERGENÓW 1 gluten | 3 jaja | 4 ryby | 7 produkty mleczne | 11 sezam, 8 migdały-orzechy