

MENU

22-26.11.2021 BMJ

Poniedziałek

- Płatki owsiane⁽¹⁾ na mleku roślinnym z suszonymi figami. Chleb żytni⁽¹⁾, oliwa, szynka pieczona w piecu, paseczki papryki, cząstki jabłka, herbata malinowa
- Zupa grochowa z majerankiem. Makaron penne⁽¹⁾ z sosem neapolitańskim, surówka z białej kapusty, woda z cytryną
- Smoothie pomarańcza, gruszka, szpinak, banan, chrupki kukurydziane

Wtorek:

- Chleb żytni⁽¹⁾, oliwa, hummus z tahini⁽¹⁾, ogórek kiszony, cząstki gruszki, herbata z dzikiej róży
- Zupa jarzynowa z dynią piżmową i drobną fasolką. Pierogi ruskie bez sera⁽¹⁾, marchew z jabłkiem, kompot malinowy
- Muffinki bananowo-czekoladowe⁽¹⁾

Środa

- Chleb żytni⁽¹⁾, oliwa, szynka pieczona w piecu, plasterki ogórka świeżego, cząstki jabłka, herbata roibos
- Zupa ogórkowa z ziemniaczkami i koperkiem. Połędwiczki z kurczaka pieczone z dynią, papryką i cukinią, kasza gryczana, kompot gruszkowy z goździkami
- Ryż gotowany na mleku kokosowym z nutą cytrynową

Czwartek

- Jaglanka na mleku roślinnym z prażonymi jabłkami, chleb razowy⁽¹⁾, oliwa, pasztet z soczewicy i marchewki, pomidor, herbata czarna porzeczką
- Krem z pomidorów z bazylią i grzaneczkami razowymi⁽¹⁾. Kuleczki rybne⁽⁴⁾ z morszczuka, sos pietruszkowy, kasza bulgur⁽¹⁾, kapusta kiszona z marchewką i koperkiem, kompot jabłkowy
- Keksy⁽¹⁾ z żurawiną

Piątek

- Chleb żytni⁽¹⁾, oliwa, pasta z pieczonej papryki i bakłażana, cząstki gruszki, kakao na mleku roślinnym
- Barszcz ukraiński z fasolką szparagową i lubczykiem. Ryż z jabłkami pieczonymi z kardamonem i cynamonem, marchew gotowana na parze, kompot śliwkowy
- Chlebek chrupki⁽¹⁾ z kremowym pasztetem domowej roboty, plasterki ogórka zielonego

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 zboża zawierające gluten | 3 jaja | 4 ryby | 7 produkty mleczne | 11 sezam, 8 migdały-orzechy