

MENU

22-26.11.2021 WEGE

Poniedziałek

- Płatki owsiane⁽¹⁾ na mleku⁽⁷⁾ z suszonymi figami. Chleb żytni⁽¹⁾, masło⁽⁷⁾, plasterki sera żółtego dojrzewającego⁽⁷⁾, 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⁾, masło⁽⁷⁾, twarożek⁽⁷⁾ z rzodkiewką, ogórek kiszony, cząstki gruszki, herbata z dzikiej róży
- Zupa jarzynowa⁽⁷⁾ z dynią piżmową i drobną fasolką. Pierogi ruskie^(1,7), marchew z jabłkiem, maślanka⁽⁷⁾
- Muffinki bananowo-czekoladowe^(1,3)

Środa

- Chleb żytni⁽¹⁾, masło⁽⁷⁾, jajko na twardo⁽³⁾, cząstki ogórka świeżego, cząstki jabłka, herbata ro-ibos
- Zupa ogórkowa z ziemniaczkami i koperkiem⁽⁷⁾. Kotlety z fasoli⁽⁷⁾ pieczone z dynią, papryką i cukinią, kasza gryczana, kompot gruszkowy z goździkami
- Ryż gotowany na mleku z nutą cytrynową⁽⁷⁾

Czwartek

- Jaglanka na mleku⁽⁷⁾ z prażonymi jabłkami, chleb razowy⁽¹⁾, masło⁽⁷⁾, plasterki sera żółtego⁽⁷⁾, pomidor, herbata czarna porzeczką
- Krem z pomidorów z bazylią i grzaneczkami razowymi⁽¹⁾. Kuleczki z ciecierzycy⁽³⁾, sos śmietanowo-pietruszkowy⁽⁷⁾, kasza bulgur⁽¹⁾, kapusta kiszona z marchewką i koperkiem, kompot jabłkowy
- Keks^(1,3) z żurawiną

Piątek

- Chleb żytni⁽¹⁾, z masłem⁽⁷⁾, frittata pieczona w piecu z warzywami^(3,7) i szczypiorkiem, cząstki gruszki, kakao⁽⁷⁾
- Barszcz ukraiński z fasolką szparagową i lubczykiem⁽⁷⁾. Ryż z jabłkami pieczonymi z kardamonem i cynamonem z kleksem jogurtu naturalnego⁽⁷⁾, marchew gotowana na parze, kompot śliwkowy
- Chlebek chrupki⁽¹⁾, twarożek z ogórkiem i koperkiem⁽⁷⁾ 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