# Jadłospis dla oddziału przedszkolnego – czerwiec 2024

|  |
| --- |
| **PONIEDZIAŁEK**  **03.06.2024** |
| **ŚNIADANIE**  Chleb zwykły, masło,  parówka na ciepło, keczup, talerz warzywno-owocowy  Herbata  **OBIAD**  Zupa grochowa  Makaron z owocami ze śmietaną Kompot  **PODWIECZOREK**  Bułka pszenna, margaryna, żółty ser, warzywa  Kawa zbożowa na mleku |
| Alergeny: 1. 3. 7. 9. 10. |
| **WTOREK**  **04.06.2024** |
| **ŚNIADANIE**  Płatki kukurydziane na mleku  Chleb wiejski, masło,szynka, talerz warzywno-owocowy  Herbata  **OBIAD**  Zupa jarzynowa  Gulasz mięsny, Kasza gryczana, Surówka z kapusty czerwonej  z olejem  Woda z cytryną  **PODWIECZOREK**  Serek „Piątuś”, owoce |
| Alergeny: 1. 7. 9. 10. |
| **ŚRODA**  **05.06.2024** |
| **ŚNIADANIE**  Bułka pszenna, margaryna, twarożek z jogurtem,  talerz warzywno-owocowy  Kakao  **OBIAD**  Zupa brokułowa Podudzie z kurczaka pieczone, Ryż, Pomidory z jogurtem Kompot  **PODWIECZOREK**  Kisiel z owocami  Chrupki kukurydziane |
| Alergeny: 1. 7. 9. 10. |
| **CZWARTEK**  **06.06.2024** |
| **ŚNIADANIE**  Chleb żytni, margaryna, szynka, jajko,  talerz warzywno-owocowy  Kawa zbożowa na mleku  **OBIAD**  Zupa pomidorowa z makaronem Burger (bułka, kotlet, warzywa, sos) /  Stek wieprzowy mielony, Ziemniaki, Surówka wielowarzywna z jogurtem, Woda z cytryną  **PODWIECZOREK**  Mleko  Biszkopty  Owoce |
| Alergeny: 1. 3. 7. 9. 10. |
| **PIĄTEK**  **07.06.2024** |
| **ŚNIADANIE**  Musli na mleku  Bułka graham, masło, żółty ser, talerz warzywno-owocowy  Herbata  **OBIAD**  Krupnik ryżowy  Filet rybny panierowany, Ziemniaki,  Sałata z rzodkiewką z jogurtem  Woda z cytryną  **PODWIECZOREK**  Chałka, margaryna  Owoce  Herbata |
| Alergeny: 1. 3. 4. 7. 9. 10. |
| **PONIEDZIAŁEK**  **10.06.2024** |
| **ŚNIADANIE**  Chleb pszenno-żytni, margaryna, szynka,  talerz warzywno-owocowy  Kakao  **OBIAD**  Botwinka z jajkiem  Makaron z serem twarogowym  z tłuszczem  Sok 100%  **PODWIECZOREK**  Banan |
| Alergeny: 1. 3. 7. 9. 10. |
| **WTOREK**  **11.06.2024** |
| **ŚNIADANIE**  Kasza manna na mleku  Bułka pszenna, masło, dżem  Herbata  **OBIAD**  Zupa koperkowa z ryżem  Filet drobiowy w płatkach kukurydzianych, ziemniaki, Surówka wielowarzywna  z jogurtem  Woda z cytryną  **PODWIECZOREK**  Mleko  Herbatniki  Owoce |
| Alergeny: 1. 3. 7. 9. 10. |
| **ŚRODA**  **12.06.2024** |
| **ŚNIADANIE**  Chleb z ziarnami, masło, szynka, żółty ser,  talerz warzywno-owocowy  Kawa zbożowa na mleku  **OBIAD**  Zupa wiejska  Paluszki rybne, Ziemniaki, Surówka z kapusty pekińskiej  z marchewką z olejem  Kompot  **PODWIECZOREK**  Owoc  Ciastko wielozbożowe bezcukrowe |
| Alergeny: 1. 3. 4. 6. 7. 9. 10. 11. |
| **CZWARTEK**  **13.06.2024** |
| **ŚNIADANIE**  Płatki owsiane na mleku  Bułka pszenna, margaryna, serek twarogowy kanapkowy, talerz warzywno-owocowy  Herbata  **OBIAD**  Krupnik jęczmienny  Kotlet mielony, Ziemniaki, Mizeria  Woda z cytryną  **PODWIECZOREK**  Mus owocowy |
| Alergeny: 1. 3. 7. 9. 10. |
| **PIĄTEK**  **14.06.2024** |
| **ŚNIADANIE**  Chleb sitkowy, margaryna, jajko,  talerz warzywno-owocowy  Kakao  **OBIAD**  Zupa fasolowa  Ryż z owocami ze śmietaną Kompot  **PODWIECZOREK**  Bułka pszenna, masło, pomidor  Herbata |
| Alergeny: 1. 3. 7. 9. 10. |
| **PONIEDZIAŁEK**  **17.06.2024** |
| **ŚNIADANIE**  Płatki kukurydziane na mleku  Bułka pszenna, masło,  serek waniliowy, owoce  Herbata  **OBIAD**  Zupa jarzynowa  Spaghetti po bolońsku  z warzywami, serem żółtym  Kompot  **PODWIECZOREK**  Owoc  Biszkopty |
| Alergeny: 1. 3. 7. 9. 10. |
| **WTOREK**  **18.06.2024** |
| **ŚNIADANIE**  Chleb zwykły, margaryna, szynka,  talerz warzywno-owocowy  Kakao  **OBIAD**  Kapuśniak z młodej kapusty Bitki wieprzowe,Kasza bulgur, Surówka z marchewki i jabłka Woda z cytryną  **PODWIECZOREK**  Budyń z owocami |
| Alergeny: 1. 7. 9. 10. |
| **ŚRODA**  **19.06.2024** |
| **ŚNIADANIE**  Płatki śniadaniowe wielozbożowe na mleku  Chleb żytni, masło, jajko,  talerz warzywno-owocowy  Herbata  **OBIAD**  Rosół z makaronem   Potrawka z kurczaka, Ryż, Surówka wielowarzywna  z olejem  Kompot  **PODWIECZOREK**  Serek „Piątuś”  Owoce |
| Alergeny: 1. 3. 7. 9. 10. |
| **CZWARTEK**  **20.06.2024** |
| **ŚNIADANIE**  Chleb wiejski, margaryna, pasztet drobiowy,  talerz warzywno-owocowy  Herbata  **OBIAD**  Zupa z fasolki szparagowej Naleśniki z serem, dżemem, jogurtem   Woda z cytryną  **PODWIECZOREK**  Mleko  Bułeczka  Owoce |
| Alergeny: 1. 3. 7. 9. 10. |
| **PIĄTEK**  **21.06.2024** |
| **ŚNIADANIE**  Bułka graham, margaryna, żółty ser,  talerz warzywno-owocowy  Kawa zbożowa na mleku  **OBIAD**  Zupa pomidorowa z ryżem   Filet rybny panierowany, Ziemniaki, Sałata z jogurtem Woda z cytryną  **PODWIECZOREK**  Mus owocowo-zbożowy |
| Alergeny: 1. 3. 4. 7. 9. 10. |
| **PONIEDZIAŁEK**  **24.06.2024** |
| **ŚNIADANIE**  Chleb pszenno-żytni, masło,szynka,  talerz warzywno-owocowy  Kakao  **OBIAD**  Zupa z soczewicy   Makaron z owocami ze śmietaną Kompot  **PODWIECZOREK**  Mleko  Chałka, margaryna  Owoce |
| Alergeny: 1. 3. 7. 9. 10. |
| **WTOREK**  **25.06.2024** |
| **ŚNIADANIE**  Płatki owsiane kółeczka na mleku  Bułka pszenna, margaryna, twarożek z jogurtem,  talerz warzywno-owocowy  Herbata  **OBIAD**  Zupa kalafiorowa   Gulasz mięsny, Kasza gryczana, Surówka wielowarzywna z jogurtem Kompot  **PODWIECZOREK**  Kisiel z owocami  Wafel ryżowy |
| Alergeny:1. 7. 9. 10. |
| **ŚRODA**  **26.06.2024** |
| **ŚNIADANIE**  Bułka graham, margaryna, szynka, żółty ser,  talerz warzywno-owocowy  Kawa zbożowa na mleku  **OBIAD**  Zupa wiejska  Kotlet pożarski, Ziemniaki, Pomidory z jogurtem   Woda z cytryną  **PODWIECZOREK**  Banan |
| Alergeny: 1. 3. 7. 9. 10. |
| **CZWARTEK**  **27.06.2024** |
| **ŚNIADANIE**  Chleb sitkowy, masło,  pasta jajeczna,  talerz warzywno-owocowy  Kakao  **OBIAD**  Barszcz ukraiński z fasolą Pulpety wieprzowe w sosie pomidorowym, Ryż,  Surówka z białej kapusty  z marchewką z olejem   Kompot  **PODWIECZOREK**  Koktajl mleczno-jogurtowy  z owocami  Chrupki kukurydziane |
| Alergeny: 1. 3. 7. 9. 10. |
| **PIĄTEK**  **28.06.2024** |
| **ŚNIADANIE**  Płatki ryżowe na mleku  Bułka pszenna, margaryna, miód Herbata  **OBIAD**  Krupnik jęczmienny  Ryba w warzywach, Ziemniaki Woda z cytryną  **PODWIECZOREK**  Mleko  Herbatniki  Owoce |
| Alergeny: 1. 4. 7. 9. 10. |