# Jadłospis dla oddziału przedszkolnego – czerwiec 2024

|  |
| --- |
| **PONIEDZIAŁEK****03.06.2024** |
| **ŚNIADANIE**Chleb zwykły, masło, parówka na ciepło, keczup, talerz warzywno-owocowyHerbata**OBIAD**Zupa grochowa Makaron z owocami ze śmietaną Kompot**PODWIECZOREK**Bułka pszenna, margaryna, żółty ser, warzywaKawa zbożowa na mleku |
| Alergeny: 1. 3. 7. 9. 10.  |
| **WTOREK****04.06.2024** |
| **ŚNIADANIE**Płatki kukurydziane na mlekuChleb wiejski, masło,szynka, talerz warzywno-owocowyHerbata**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-owocowyKakao**OBIAD**Zupa brokułowaPodudzie z kurczaka pieczone, Ryż, Pomidory z jogurtem Kompot**PODWIECZOREK**Kisiel z owocamiChrupki kukurydziane |
| Alergeny: 1. 7. 9. 10.  |
| **CZWARTEK****06.06.2024** |
| **ŚNIADANIE**Chleb żytni, margaryna,szynka, jajko,talerz warzywno-owocowyKawa 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**MlekoBiszkoptyOwoce |
| Alergeny: 1. 3. 7. 9. 10.  |
| **PIĄTEK****07.06.2024** |
| **ŚNIADANIE**Musli na mlekuBułka graham, masło, żółty ser, talerz warzywno-owocowyHerbata**OBIAD**Krupnik ryżowy  Filet rybny panierowany, Ziemniaki, Sałata z rzodkiewką z jogurtem  Woda z cytryną**PODWIECZOREK**Chałka, margarynaOwoceHerbata |
| Alergeny: 1. 3. 4. 7. 9. 10.  |
| **PONIEDZIAŁEK****10.06.2024** |
| **ŚNIADANIE**Chleb pszenno-żytni, margaryna, szynka, talerz warzywno-owocowyKakao**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 mlekuBułka pszenna, masło, dżemHerbata**OBIAD**Zupa koperkowa z ryżem  Filet drobiowy w płatkach kukurydzianych, ziemniaki, Surówka wielowarzywna z jogurtem  Woda z cytryną**PODWIECZOREK**MlekoHerbatnikiOwoce |
| Alergeny: 1. 3. 7. 9. 10.  |
| **ŚRODA****12.06.2024** |
| **ŚNIADANIE**Chleb z ziarnami, masło, szynka, żółty ser,talerz warzywno-owocowyKawa zbożowa na mleku**OBIAD**Zupa wiejska  Paluszki rybne, Ziemniaki, Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką z olejem  Kompot**PODWIECZOREK**OwocCiastko wielozbożowe bezcukrowe |
| Alergeny: 1. 3. 4. 6. 7. 9. 10. 11. |
| **CZWARTEK****13.06.2024** |
| **ŚNIADANIE**Płatki owsiane na mlekuBułka pszenna, margaryna, serek twarogowy kanapkowy, talerz warzywno-owocowyHerbata**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-owocowyKakao**OBIAD**Zupa fasolowa  Ryż z owocami ze śmietaną Kompot**PODWIECZOREK**Bułka pszenna, masło, pomidorHerbata |
| Alergeny: 1. 3. 7. 9. 10.  |
| **PONIEDZIAŁEK****17.06.2024** |
| **ŚNIADANIE**Płatki kukurydziane na mlekuBułka pszenna, masło, serek waniliowy, owoceHerbata**OBIAD**Zupa jarzynowa  Spaghetti po bolońsku z warzywami, serem żółtym Kompot**PODWIECZOREK**OwocBiszkopty |
| Alergeny: 1. 3. 7. 9. 10.  |
| **WTOREK****18.06.2024** |
| **ŚNIADANIE**Chleb zwykły, margaryna, szynka, talerz warzywno-owocowyKakao**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 mlekuChleb żytni, masło, jajko, talerz warzywno-owocowyHerbata**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-owocowyHerbata**OBIAD**Zupa z fasolki szparagowej Naleśniki z serem, dżemem, jogurtem  Woda z cytryną**PODWIECZOREK**MlekoBułeczkaOwoce |
| Alergeny: 1. 3. 7. 9. 10. |
| **PIĄTEK****21.06.2024** |
| **ŚNIADANIE**Bułka graham, margaryna, żółty ser,talerz warzywno-owocowyKawa 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-owocowyKakao**OBIAD**Zupa z soczewicy  Makaron z owocami ze śmietaną Kompot**PODWIECZOREK**MlekoChałka, margarynaOwoce |
| Alergeny: 1. 3. 7. 9. 10.  |
| **WTOREK****25.06.2024** |
| **ŚNIADANIE**Płatki owsiane kółeczka na mlekuBułka pszenna, margaryna, twarożek z jogurtem, talerz warzywno-owocowyHerbata**OBIAD**Zupa kalafiorowa  Gulasz mięsny,Kasza gryczana, Surówka wielowarzywna z jogurtem Kompot**PODWIECZOREK**Kisiel z owocamiWafel ryżowy |
| Alergeny:1. 7. 9. 10.  |
| **ŚRODA****26.06.2024** |
| **ŚNIADANIE**Bułka graham, margaryna, szynka, żółty ser,talerz warzywno-owocowyKawa 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-owocowyKakao**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 owocamiChrupki kukurydziane |
| Alergeny: 1. 3. 7. 9. 10.  |
| **PIĄTEK****28.06.2024** |
| **ŚNIADANIE**Płatki ryżowe na mlekuBułka pszenna, margaryna, miód Herbata**OBIAD**Krupnik jęczmienny Ryba w warzywach, Ziemniaki Woda z cytryną**PODWIECZOREK**MlekoHerbatnikiOwoce |
| Alergeny: 1. 4. 7. 9. 10.  |