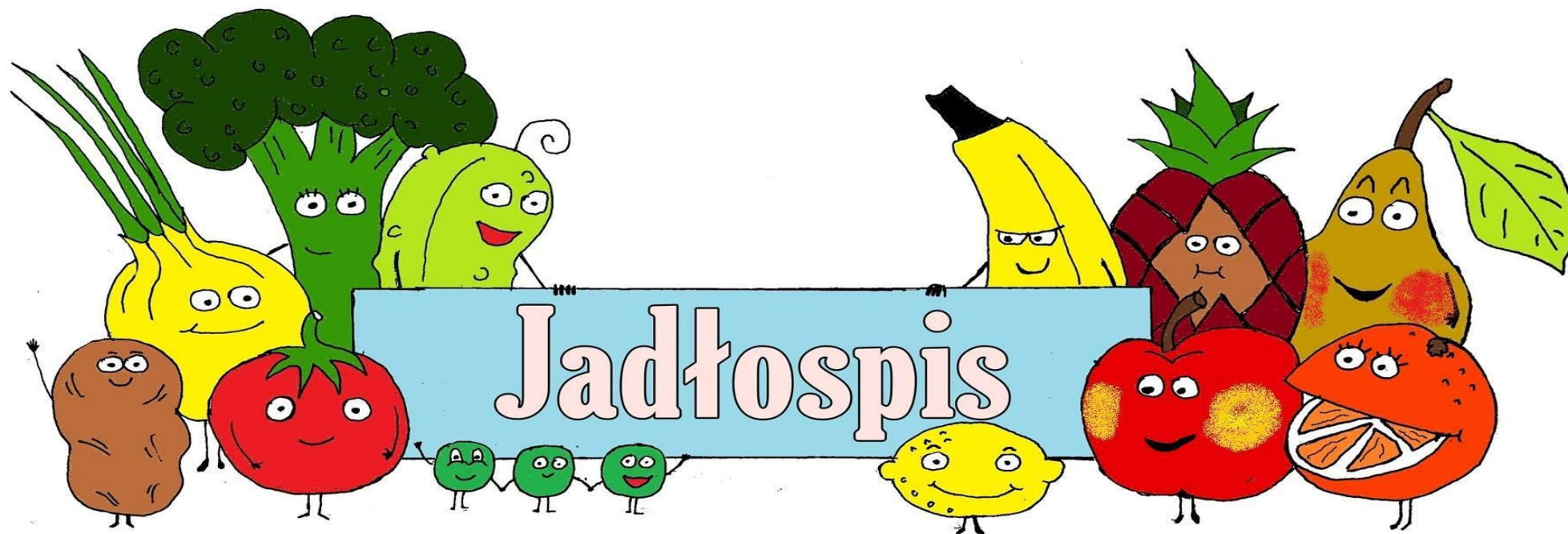




	ŚNIADANIE	ZUPA+DESER	OBIAD II
WTOREK 22.04.2025 r	Zupa mleczna z łaną kluską i wiórkami kokosowymi 200 ml (2,3,6) Chleb wieloziarnisty 50g (2) z masłem 5 g (6), pasta z jaj z majonezem 35 g (3) Jabłko do chrupania 35 g Herbata z cytryną do picia 200 ml	Zupa kalafiorowa na rosole z ziemniakami i zieleniną 200ml (1,) Deser : Banan 1 szt. Jogurt naturalny 75 ml (6)	Makaron świderki 50 g (2,3,6) z polewą jogurtową 100 ml (6) i truskawkami 100 g , posypane wiórkami kokosowymi 10 g Cytrynada do picia z miodem 200 ml

ŚRODA 23.04.2025 r.	Grzanka na ciepło Bułka grahamka 40 g (2) z serem żółtym 15 g (6) z ketchupem 15 ml Ogórek zielony 30 g do chrupania Bawarka na mleku Woda źródlana do picia 200 ml	Zupa pomidorowa z ryżem zabieleną śmietaną z zieleniną 200ml (1,6) Deser: Wafel ryżowy 1szt z serem białym 30g (6) Koktajl mleczno-jogurtowy 100 ml (6) z jagodami 30 g	Ziemniaki z koprem 200 g Kotlet mielony 100 g (2,3,) Mizeria z ogórka zielonego z jogurtem naturalnym 100 g (6) Kompot z czarnej porzeczki 200ml
CZWARTEK 24.04.2025 r.	Kasza manna na mleku 200ml z musem truskawkowym 25g (2,6), Rogal maślany z kruszonką 1 szt (2,6) z masłem 10g (6) Herbata z cytryną do picia 200ml.	Zupa kartoflanka z ciecierzycą i kiełbaską z ziemniakami i koprem ogrodowym 200ml (1,2) Deser: Jabłko zapiekane z cynamonem 1szt. Dip jogurtowo wanilowy 30ml.	Kasza mieszana jęczmieno gryczana 50g (2), gulasz z mięsa od szynki w sosie własnym 100g (2) sałata lodowa z jogurtem naturalnym 100g Kompot wiśniowo truskawkowy 200ml
PIĄTEK 25.04.2025 r	Chleb razowy 40 g (2) Pasta rybna z tuńczyka z serem białym 40 g (4,6) jajko ½ szt.(3) Ogórek kiszony do chrupania 35 g Herbatka miętowa do picia 200 ml	Zupa krem pieczarkowa na maśle 150ml (1,6) z grzankami razowymi 50g (6) i natką pietruszki Deser: Jogurt naturalny 70ml (6) z musli 30g (2,9) mini biszkoptami 20g (2,3,6) Jabłko do chrupania 35g	Zapiekany placek ziemniaczano-warzywny z warzywami i serem żółtym (ziemniaki , marchew, papryka czerwona , szczypiorek) 200g(2,6) (, ser żółty 15 g (6) Melisa do picia 200 ml

INFORMACJA DLA RODZICÓW: *Warzywa podstawowe świeże do każdej zupy (pietruszka, seler, por, marchewka, cebula)*Zapewniamy dzieciom całodzienny dostęp do wody (dystrybutor wody w każdej sali)

* Naszym celem jest zdrowe żywienie dzieci, dlatego wszystkie potrawy przygotowujemy w piecu konwekcyjno-parowym. Działanie pary powoduje beztłuszczowe smażenie, potrawy zachowują wartości odżywcze a warzywa nie tracą koloru, zachowując witaminy i minerały.