



OBIAŁY DLA DZIECI^{PL}

OLEŃKA

Jadłospis 27-31.05.2019 (tydzień 4d)

	Śniadanie	Zupa	Drugie danie	Podwieczorek
PN	płatki kukurydziane na mleku (220 ml), pieczywo* (25 g), masło (10 g), wędlina (10-15 g), świeże warzywa* (20-30 g), herbata* BM/BJ/BG – pieczywo, wędlina, warzywa, płatki kukurydziane na mleku ryżowym	szczawiowa (200-250 ml)	pierogi z mięsem (140/180 g) surówka z ogórka kiszzonego, kukurydzy i papryki (50/60 g) kompot (200 ml) BM/BJ – pierogi z mięsem	drobny makaron z musem truskawkowo - jogurtowym BM/BJ – makaron z musem truskawkowym BG - makaron b/g mus truskawkowy
WT	pieczywo* (50 g), masło (10 g), wędlina (10-15 g), ser żółty (15-20 g), świeże warzywa* (20-30 g), kawa inka z mlekiem BM/BJ/BG – pieczywo, wędlina, warzywa	wiosenna jarzynowa z zielonym groszkiem	kotlecik z piersi kurczaka (70/90 g) ryż biały z brązowym (100/120 g) surówka z marchewki, jabłka, pora i pestek słonecznika (50/60 g) kompot (200 ml) BM/BJ – kotlecik z piersi kurczaka bm/bj	rogalik domowy z marmoladką (120 g) BG/BM/BJ – galaretką z owocami
ŚR	płatki śniadaniowe na mleku (220 ml), pieczywo* (25 g), masło (10 g), wędlina (15 g), świeże warzywa* (20-30 g), herbata* BM/BJ/BG – pieczywo, wędlina, warzywa, płatki ryżowe na mleku ryżowym	grochowa	kluski leniwe z sosem jogurtowym (160/200 g) kawałki jabłka pieczonego z cynamonem(50-60 g) kompot (200 ml) BM/BJ – kluski bm/bj z sosem owocowym	kanapka (30 g) z wędliną (15 g) i warzywami* (25 g) BG/BM/BJ – kanapka z wędliną i warzywami
CZ W	pieczywo* (50 g), wędlina (15 g), żółty ser (15-20 g), masło (10 g), świeże warzywa* (20-30 g), herbata* BM/BJ/BG – pieczywo, wędlina, warzywa	pomidorowa z makaronem	kotlecik mielony (80/90 g) kasza gryczana (80/100 g) buraczki duszone (50/60 g) kompot (200 ml) BM/BJ – kotlecik mielony bm/bj	ciasto marchewkowe BG – ciasto marchewkowe BJ – konfitura jabłkowo - marchewkowa wafelek ryżowy
PT	pieczywo* (50 g), wędlina (15 g), jajko na twardo / pasta jajeczna (25 g), masło (10 g), świeże warzywa* (20-30 g), kakao BM/BJ/BG – pieczywo, wędlina, pasta z awokado, warzywa	kalafiorowa	smażony filet z dorsza z koperkiem i cytryną (70/90 g) ziemniaki z koperkiem (100/120 g) surówka z białej kapusty w zalewie (50/60 g) kompot (200 ml) BM/BJ – dorsz bez panierki	budyń czekoladowy biszkopci BG/BM/BJ - budyń na mleku ryżowym, krążki jaglane

*pieczywo (pszenne, razowe, wieloziarniste itp.) świeże warzywa (ogórek, pomidor, papryka, kalarepka itp.);
kompot (wielooowocowy, porzeczkowy, wiśniowy itp.) herbata (z dzikiej róży, porzeczkowa, malinowa, czarna itp.)
płatki śniadaniowe (cynamonowe, czekoladowe, pszenne pełnoziarniste, itp.)