

JADŁOSPIS dla „ŻŁOBEK MIEJSKI” w Jaworznie BM

PONIEDZIAŁEK 06.07

ŚNIADANIE – chleb graham 60g, masło roślinne 10g, wędlina drobiowa 30g, pomidorki koktajlowe 10g, ciepłe mleko migdałowe 150ml

II ŚNIADANIE – JABŁKO

OBIAD – zupa barszcz ukraiński z ziemniakami, włoszczyzną i zieleniną niezabielany 250ml, makaron spaghetti z sosem bolońskim 200g, kompot z owoców mieszanych 150ml

PODWIECZOREK – mus malinowy z nutą jogurtu roślinnego, krążki ryżowe, woda z cytryną

ALERGENY: 1, 3, 9

WTOREK 07.07

ŚNIADANIE – płatki żytnie na mleku migdałowym 200ml, chleb wiejski 60g, masło roślinne 10g, wędlina wieprzowa 20g, kalarepka 10g, herbata owocowa 150ml

II ŚNIADANIE – ARBUZ

OBIAD – zupa krem z białych warzyw z zieleniną i makaronem niezabielany 250ml, stripsy z kurczaka 75g, ziemniaki 150g, surówka coleslaw 75g, kompot z owoców mieszanych 150ml

PODWIECZOREK – galaretka z owocami sezonowymi, woda z cytryną

ALERGENY: 1, 3, 9

ŚRODA 08.07

ŚNIADANIE – zupa mleczna z ryżem na mleku migdałowym 200ml, chleb graham 60g, masło roślinne 10g, pasztet pieczony 20g, ogórek zielony 10g, herbata z cytryną 150ml

II ŚNIADANIE – BANAN

OBIAD – zupa kapuśniak z młodej kapusty z ziemniakami, włoszczyzną i zieleniną 250ml, pampuchy na parze – 3szt, z sosem truskawkowym, kompot z owoców mieszanych 150ml

PODWIECZOREK – kanapka z masłem roślinnym, serem kozim i sałatą, woda z cytryną

ALERGENY: 1, 3, 9

CZWARTEK 09.07

ŚNIADANIE – chleb wiejski 60g, masło roślinne 10g, pasta jajeczna z zieloną cebulką 30g, papryka kolorowa 10g, kawa inka na mleku migdałowym 150ml

II ŚNIADANIE – GRUSZKA/KIWI

OBIAD – zupa krupnik z kaszą, włoszczyzną i zieleniną niezabielany 250ml, gulasz schabowy w sosie pieczeniowym niezabielanym 100g, ziemniaki 150g, ogórek małosolny/kiszony 75g, kompot z owoców mieszanych 150ml

PODWIECZOREK – jogurt roślinny, herbatniki, woda z cytryną

ALERGENY: 1, 3, 9

PIĄTEK 10.07

ŚNIADANIE – chleb graham 60g, masło roślinne 10g, twarożek kozi na słoju 30g, rzodkiewka 10g, kakao na mleku migdałowym 150ml

II ŚNIADANIE – BRZOSKWINIA/NEKTARYNA

OBIAD – zupa pomidorowa z makaronem, włoszczyzną i zieleniną niezabielana 250ml, pulpeciki rybne 75g, ziemniaki 150g, bukiet warzyw z pary 75g, kompot z owoców mieszanych 150ml

PODWIECZOREK – babka bezmleczna – wypiek własny, woda z cytryną

ALERGENY: 1, 3, 4, 9

Z przyczyn od nas niezależnych zastrzega się zmiany w jadłospisie za które bardzo przepraszam