

JADŁOSPIS



PLACÓWKA: PRZEDSZKOLE		DIETA: PODSTAWOWA	DATA: 22.06-26.06.2025r.
DZIEŃ	Śniadanie	Zupa + podwieczorek	Obiad + owoc
Poniedziałek 22.06	Chleb pszenno-żytni 30g (1) z masłem 7g (7) polędwica sopocka 30g, pomidor malinowy 20g, mix sałat 15g, papryka kolorowa 20g, mleko waniliowe 200ml (7)/ woda	Zupa marchewkowa (7,9) 250ml + wafle ryżowe 30g z miodem 50g, woda do picia b.o.	Makaron z zielonym pesto z pietruszki, koperku i bazylii (1) 200g, jabłko 1szt., lemoniada z rozmarynem i pomarańczą / woda 200ml
Wtorek 23.06	Chleb wiejski 30g (1) z masłem 7g (7), ser żółty 30g (7), pomidorki koktajlowe 20g, sałata lodowa 15g, biała rzodkiew 20g, płatki jęczmienne na mleku 200ml (1,7), herbata truskawkowa 200ml / woda.	Barszcz ukraiński z fasolą (7,9) 250ml + talerzyk owocowy: borówki, truskawki, arbuż 150g, woda do picia b.o.	Potrąwka z kurczaka 90g (7,9), ziemniaki puree 130g (7), surówka z ogórka kiszzonego z marchewką i kukurydzą 50g (10), kompot wieloowocowy/ woda 200ml
Środa 24.06	Pieczyczo nadodrzańskie 30g (1) z masłem 7g (7), szynka z indyka 30g, szpinak baby 15g, rzodkiewka 20g, ogórek zielony 20g, płatki kukurydziane na mleku 200ml (7), herbata dzika róża 200ml/woda	Zupa kalafiorowa i koperkiem 250 ml (7,9) + talerzyk do chrupania: mix bakalii i orzechów 150g (5,8), woda do picia b.o.	Ryż z jagodami i jogurtem (7) 200g, brzoskwinia 1szt., sok jednodniowy świeży: jabłko-gruszka-czerwona porzeczka, /woda 200ml
Czwartek 25.06	Chleb graham pełnoziarnisty 30g (1) z masłem 7g (7), pasta jajeczna ze szczypiorkiem 50g (3), pomidor malinowy 20g, rukola 15g, kalarepa 20g, płatki owsiane na mleku 200ml (1,7) herbata z cytryną 200ml/woda.	Zalewajka z ziemniakami (1,7,9) 250 ml + bułka maślana 50g (1,3,7) z dżemem 30g, woda do picia b.o.	Nuggetsy pieczone 90g (1,3,7), kasza vermicelli 130g (1), brokuł z masłem i bułką tartą 50g (1,7), nektarynka 1szt. , kompot wieloowocowy / woda 200ml
Piątek 26.05	Bułka kukurydziana 30g (1,3,7) z masłem 7g, ser biały kanapkowy 30g (7), kiełbaska drobiowa na ciepło 30g, ketchup 20g, ogórek kiszony 20g, papryka czerwona 20g, roszponka 15g, kawa inka na mleku 200m (1,7)/woda	Zupa jarzynowa z zielonym groszkiem (7,9) 250ml + pałka kukurydziana 15g, serek waniliowy własnego wyrobu 150g (7), woda do picia b.o.	Kotlety rybno warzywne 90g (1,3,4,9), ziemniaki puree 120g (7), sałata ze śmietaną i szczypiorkiem 50g (7), banan 1 szt., sok owocowy 100% / woda 200ml

Dyrektor Przedszkola nr 25 „Słowiańskie Maluchy” zastrzega sobie prawo do zmian jadłospisu w uzasadnionych przypadkach.