

 **MENU PRZEDSZKOLNE**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **DATA** | **ŚNIADANIE** | **OBIAD** | **PODWIECZOREK** |
| **Poniedziałek****07.09.2020** | Płatki owsiane1 na mleku7Kanapeczki1,7 mieszane z warzywamiHerbatka malinowa bez cukru | Krupnik1,9Potrawka z kurczakiem, marchewką i groszkiem, ryż gotowany, surówka z białej kapusty i natki pietruszki3,10Kompot owocowy bez cukru | Kisiel owocowy i chrupki kukurydziane.Owoc/Warzywo do pochrupaniaHerbatka owocowa bez cukru |
| **Wtorek 08.09.2020** | Płatki żytnie1 na mleku7Kanapeczki1,7 z filecikiem drobiowym, sałatą i pomidoremHerbatka rumiankowa bez cukru | Zupa koperkowa7,9Schab pieczony w sosie własnym1, kasza gryczana, surówka z ogórka kiszonego, marchewki i jabłkaKompot owocowy bez cukru | Jogurt z musli Owoc/Warzywo do pochrupaniaHerbatka z cytrynką bez cukru |
| **Środa 09.09.2020** | Płatki ryżowe na mleku7Kanapeczki1,7 z szyneczką gotowaną i pomidorem+ hummusHerbatka miętowa bez cukru | Zupa brokułowa7,9Naleśniki1,3 z serem7 i polewą waniliową7OwocKompot owocowy bez cukru | Sałatka z kaszy kuskus1Herbatka malinowabez cukru |
| **Czwartek 10.09.2020** | Kanapeczki1,7 z pasztetem domowym1,3 i ogórkiem kiszonymHerbatka z cytrynką bez cukru/Kawa Inka | Zupa pomidorowa7,9 z makaronem1Pałeczka z kurczaka w sosie BBQ, ziemniaki gotowane, mizeria z jogurtem naturalnym7Kompot owocowy bez cukru | Ryż z jabłkiem i cynamonem Owoc/Warzywo do pochrupaniaHerbatka owocowa bez cukru |
| **Piątek 11.09.2020** | Kasza manna1 na mlekuKanapeczki1,7 z twarożkiem7 z rzodkiewką i szczypiorkiemHerbatka malinowa bez cukru | Barszcz ukraiński7,9 | Słodka niespodziankaOwoc/Warzywo do pochrupaniaHerbatka z cytrynką bez cukru |
| Filet rybny4 w sosie koperkowym, ziemniaki gotowane, surówka z kiszonej kapusty |  |
| Kompot owocowy bez cukru |
| **ALERGENY**: 1 – gluten, 2 – skorupiaki, 3 – jaja, 4 – ryby, 5 – orzeszki ziemne, 6 – soja, 7 – mleko, 8 – orzechy, 9 – seler, 10 – gorczyca, 11 – nasiona sezamu, 12 – dwutlenek siarki, 13 – łubin, 14 – mięc |