

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
Poniedziałek 05.10.26r	Kaszka manna z sosem owocowym (150ml) 160kcal, grahamka(35g) 84kcal, masło(6g) 7kcal, ser żółty(20g) 70kcal, rzodkiewka/sałata(100g) 12kcal. Herbata(150ml) 0kcal. Śniadanie 333kcal.	Krem brokułowa(180ml) 80kcal. Kotleciki z ciecierzycy(120g) 180kcal. Puree ziemniaczane (130g) 130kcal. Kolorowa sałatka w paski (150 g) 50kcal. Herbata miętowa (150ml) 0kcal. Obiad 440kcal.	Pierniczki (50g) 120kcal. Kakao (150ml) 150kcal. Podwieczorek 270kcal.
Wtorek 06.10.26r	Komponowanie kanapek. Pieczywo(35g) 90kcal, masło(6g) 7kcal, szynka z indyka/ser żółty(20g) 60kcal, pomidor/rzodkiewka /sałata(100g) 17kcal. Kakao (150ml) 130kcal. Śniadanie 304 kcal.	Rosół z zacierkami(180g) 115kcal. Spaghetti makaronowe z sosem mięsno-warzywnym(200g) 320kcal. Marchewka do pochrupania(100g) 41kcal. Woda z cytryną(150ml) 6kcal. Obiad 482kcal.	Pieczone jabłko z nutellą z ciecierzycy(160g) 180kcal. Herbata malinowa(150ml) 0 kcal. Podwieczorek 160kcal.
Środa 07.10.26r	Kanapki z powidłami(30g) 76kcal, ser biały(20g) 35kcal, pieczywo(35g) 90kcal, masło(6g) 7kcal. Kakao (150g) 130kcal. Śniadanie 338kcal.	Zupa fasolowa (180ml) 108kcal. Kluski z serem(180g) 310kcal. Marchewka do pochrupania (100g) 41kcal. Herbata malinowa(150ml) 3kcal. Obiad 462 kcal.	Jogurt naturalny z płatkami kukurydzianym(150 ml) 150kcal. Woda (150ml) 0kcal. Podwieczorek 150kcal.
Czwartek 08.10.26r.	Pasta z szynki(40) 120kcal, pieczywo (35g) 90kcal, masło(6g) 7kcal, rzodkiewka /sałata/ogórek(100g) 16kcal. Kawa Anatol z mlekiem (150ml) 95kcal. Śniadanie 328kcal.	Elegancki obiad. Krem z dyni (180ml) 110kcal. Kotlet siekany drobiowy z warzywami (150g) 250kcal, ziemniaki(150g) 115kcal. Surówka z buraczków i jabłka (100g) 50kcal. Kompot jabłkowo-śliwkowy(150ml) 25kcal. Obiad 550kcal.	Biszkopt z musem jabłkowym i galaretką(120g) 150kcal. Woda(150ml) 0kcal. Podwieczorek 150kcal.
Piątek 09.10.26r	Twarożek z jogurtem (50g) 60kcal. Pieczywo(35g) 90kcal, masło(6g) 7kcal, sałata/ogórek/rzodkiewka (100g) 16 kcal. Kakao (150ml) 130kcal. Śniadanie 303 kcal.	Zupa ogórkowa (200ml) 110kcal. Kotlety rybne pieczone z sosem pieczarkowym(140g) 280kcal, ziemniaki(150g) 115kcal, Surówka z kapusty kiszanej(100g) 45kcal. Woda z cytryną(150ml) 6kcal. Obiad 556 kcal.	Pudding chia na jogurcie z musem mango(150ml) 150kcal. Woda(150ml) 0kcal. Podwieczorek 150kcal.

Z uwagi ,że większość produktów może zawierać śladowe ilości orzechów, jaj, mleka i innych alergenów, prosimy zgłaszać wszelkie alergie Dyrekcji Przedszkola. Każdego dnia na drugie śniadanie dzieci otrzymują owoc lub warzywo do pochrupania (jabłko ,kalarepa ,marchew itp.)