

Przedszkole – dieta bezmleczna

22- 26.04.2024	Śniadanie	Obiad		Podwieczorek
		I danie	II danie	
Poniedziałek	Pasta ze szprotek bez twarogu, niezabielana ze szczypiorkiem (30 g), chleb krakowski (50 g), herbata z cytryną(200 ml)	Zupa z soczewicy z zacierką (300 ml)	Chili con carne (80 g), ryż (100 g), woda mineralna (200 ml)	Budyń waniliowy na mleku roślinnym z sokiem malinowym, chrupki kukurydziane(30 g)
Wtorek	Polędwica sopocka (30 g), chleb razowy (50 g), pomidor(10 g), kakao z mlekiem roślinnym (200 ml)	Zupa pomidorowa z orzo niezabielana (300 ml)	Pieczone palki z kurczaka, ziemniaki(100 g), zielona sałata z sosem winegret(70 g), kompot (200 ml)	Pieczywo pszenne z dżemem wiśniowym, banan
Środa	Płatki kukurydziane na mleku sojowym(150 ml), kajzerka 1 szt., powidło śliwkowe (20 g), herbata malinowa (200 ml)	Zupa grysikowa (300 ml)	Kotlet drobiowy saute (80 g), ziemniaki(100 g), sałatka z kapusty białej olejem roślinnym(80 g), kompot (200 ml)	Chleb wiejski z szynką drobiową, zielonym ogórkiem(60 g), herbata z cytryną(200 ml)
Czwartek	Filet z indyka(30 g), chleb wiejski(50 g), rzodkiewka (10 g), herbata z cytryną (200 ml)	Zupa jarzynowa wiosenna z ziemniakami niezabielana (300 ml)	Gulasz z indyka z papryką (80g), bulgur(100g), surówka z ogórka kiszzonego z cebulką(50 g), kompot (200 ml)	Pieczone jabłko z konfiturą, wafel ryżowy (30 g)
Piątek	Kielbasa krakowska(30 g), weka(40 g), ogórek kiszony(10 g), herbata z cytryną(200 ml)	Zupa szczawiowa z ryżem niezabielana (300 ml)	Kopytka z miodem(bez masła) (200 g), jabłko 1/2 szt., kompot(200 ml)	Chleb słonecznikowy z pasztetem, papryką(60 g), herbata z cytryną(200 ml)