Żłobek nr 9 ul. Brytyjska 19, Szczecin

JADŁOSPIS 15-19.03.2021r.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| DNI TYGODNIA | I ŚNIADANIE/ KOLACJA (bez zup mlecznych) | II DANIE | ZUPA | PODWIECZOREK |
| 15.03. poniedziałek | Płatki kukurydziane na mleku 200ml  Pieczywo mieszane 75g*,* masło 5g, pasta z wędliny i jajek 45g, papryka czerwona, ogórek zielony 20g | Kaszotto kuskus z warzywami i mięsem 180g- danie jednogarnkowe  Kompot truskawkowy 200ml | Kapuśniak 200ml | Jabłko |
| 16.03. wtorek | Owsianka na mleku z jabłkiem i z żurawiną 200ml  Pieczywo mieszane 75g, masło 5g*,* ser żółty 20g, pomidor bez skórki 40g | Ziemniaczane puree 90g, polędwiczka drobiowa pod chmurką z marchewki i pora 35g/20g, buraczki z jabłkiem 50g  Kompot z czarnej porzeczki 200ml | Krupnik z kaszą jaglaną 200ml | Chałka z kruszonką z masełkiem, ciepła herbata owocowa 200ml |
| 17.03 środa | Kluski lane na mleku 20ml  Pieczywo mieszane 75, masło 5g, pasta z twarogu ze szczypiorkiem i rzodkiewką 50g, papryka kolorowa 40g | Ryz paraboliczny 80g, pieczeń rzymska w sosie pomidorowym 40g/60ml, fasolka zielona na ciepło okraszana masełkiem 50g  Kompot wieloowocowy 200ml | Zupa brokułowa na wywarze jarskim 200ml | Banan |
| 18.03. czwartek | Płatki owsiane na mleku 200ml  Pieczywa mieszane 75g, masło 5g, pasztet z soczewicy czerwonej i warzyw 50g | Makaron kokardki ze szpinakiem i suszonymi pomidorami 180g  Kompot malinowy 200ml | Barszcz ukraiński koperkiem 200ml | Smoothie z banana, mango i truskawek 150ml |
| 19.03. piątek | Kakao z miodem pszczelim 200ml  Pieczywo mieszane 75g, masło 5g, omlet jajeczny ze szczypiorkiem i papryką 110g | Puree ziemniaczane 100g, ryba w sosie śmietanowo ziołowym 35g/80ml, surówka z marchewki i jabłka 50g  Kompot malinowy 200ml | Krem pomidorowy z dynią 200ml | Ciasteczka owsiane z daktylami (własny wypiek), |

Przez cały dzień podczas pobytu Państwa dzieci mają dostęp do herbaty (owocowej, ziołowej, czarnej słomkowej), wody niegazowanej, mineralnej, która podawana jest z sokiem z cytryny, liściem mięty, ewentualnie świeżej bazylii (sezonowo).

Podstawowy plan żywienia ulega modyfikacji zależnie od wskazań dietetycznych dziecka np.: nietolerancja glutenu, nietolerancja laktozy, alergia na białko mleka krowiego (na podstawie zaleceń od lekarza).