Żłobek nr 9 ul. Brytyjska 19 Szczecin

JADŁOSPIS 08-12.03.2021r.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| DNI TYGODNIA | I ŚNIADANIE | II DANIE | ZUPA | PODWIECZOREK |
| 08.03 poniedziałek | Płatki jaglane na mleku 200mlPieczywo mieszane 75, masło 5g*,* parówka z wody, keczup, marchewka i ogórek pokrojone w słupki 50g | Makaron spaghetti z sosem pomidorowym, suszonymi pomidorami, papryką oraz świeżą bazylią 180gKompot wieloowocowy 200ml | Zupa jarzynowa z kalarepą 200ml | Chrupki kukurydziane 10g, sok owocowy |
| 09.03. wtorek | Kawa inka z miodem pszczelim 200mlPieczywo mieszane 75g, masło 5g*,* ser żółty 10g*,* ogórek zielony 40g, rzodkiewka,Dżem niskosłodzony10g | Puree ziemniaczane z kurkumą 90g, pulpet cielęcy z papryką 40g w sosie jarzynowym 60ml, brokuły na parze okraszane masełkiem 50gKompot z czarnej porzeczki 200ml | Zupa grysikowa z koperkiem 200ml | Kisiel wiśniowy (własny wyrób) 150ml, biszkopty kocie języczki 2 szt. |
| 10.03 środa | Płatki owsiane na mleku 200mlPieczywo mieszane 75g, masło 5g, pasta jajeczna z koperkiem 30g, wędlina 15g, pomidor bez skórki 40g | Ryz paraboliczny „po chińsku” 180gKompot wiśniowy 200ml | Zupa ogórkowa 200ml | Jabłko zapiekane z suszoną śliwką i cynamonem |
| 11.03. czwartek | Kaszka kukurydziana z jagodami 200mlPieczywa mieszane 75g, masło 5g, ser biały ze szczypiorkiem i czerwoną papryką 50g | Kasza jęczmienna pęczak 75g, gulasz wołowy w sosie własnym 40g/60ml, buraki z jabłkiem 50gKompot truskawkowy 200ml | Zupa pejzanka 200ml | Melon, winogron |
| 12.03. piątek | Płatki ryzowe na mleku 200mlPieczywo mieszane 75g, masło 5g, jajecznica na parze ze szczypiorkiem 70g, pomidor bez skórki 40g | Ziemniaczane puree 90g, pulpet rybny z porem zapiekany w piecu konwekcyjnym 40g, surówka z marchewki i jabłka 50gKompot wieloowocowy 200ml | Barszcz biały 200ml | Banan |

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).