



OWOCOWE  
PRZEDSZKOLE

## MENU

### PONIEDZIAŁEK

**Śniadanie (bufet):** pieczywo żytnie i jaglane z nasionami chia z masłem, kasza jaglana na mleku kokosowym, szynka gotowana, plastry twarogu, ser żółty, warzywa sezonowe, herbatka owocowa z miodem, woda

**Owocowo-warzywna przekąska:** jabłka, banany

**Obiad:** zupa kalafiorowa z natką pietruszki, indyk z warzywami (cukinia, marchew, kukurydza, cebulka, świeże pomidory, imbir) w sosie, ryż na parze, kompot, woda

**Podwieczorek:** budyń jaglany, owoce sezonowe, kompot, woda

**Podwieczorek II:** pieczywo żytnie z masłem, pastą z szynki, sera i słonecznika, papryką, jabłka, herbata owocowa, woda

### WTOREK

**Śniadanie (bufet):** pieczywo żytnie, masło, ser żółty, kakao, schab pieczony, pasta z cukinii ze słonecznikiem, warzywa sezonowe, herbata owocowa z miodem, woda

**Owocowo-warzywna przekąska:** jabłka, marchewka

**Obiad:** zupa pomidorowa z ryżem, kotlet drobiowy w cieście paprykowym, puree ziemniaczane, mizeria z koperkiem, kompot, woda

**Podwieczorek:** ciasto marchewkowe - wypiek własny, owoce sezonowe, kompot, woda

**Podwieczorek II:** pieczywo żytnie, masło, z kietbaską żywiecką, ogórek słupki, herbata owocowa, woda

## ŚRODA

**Śniadanie (bufet):** pieczywo z ziarnami, chleb pytlowy, masło, płatki ryżowe na mleku kukurydzianym, szynka pieczona, pasta z fasoli z miodem, ser żółty, warzywa sezonowe, herbata owocowa z miodem, woda

**Owocowo-warzywna przekąska:** jabłka, gruszki

**Obiad:** zupa neapolitańska, nugetty z kurczaka, kasza gryczana, surówka z buraczków, kompot, woda

**Podwieczorek:** ryż ala berliso na mleku kokosowym, paluszki kukurydziane, kompot, woda

**Podwieczorek II:** pieczywo żytnie z powidłami, jabłka, herbata owocowa, woda

## CZWARTEK

**Śniadanie (bufet):** pieczywo żytnie ze słonecznikiem, masło, otręby na mleku, ser żółty, humus z suszonymi pomidorami i kaparami, pasztet wypiek własny, szynka, warzywa sezonowe, herbata owocowa z miodem, woda

**Owocowo-warzywna przekąska:** jabłka

**Obiad:** zupa z czarnej soczewicy, makaron pełnoziarnisty z truskawkami i malinami z dodatkiem twarogu eko z jogurtem naturalnym, kompot, woda

**Podwieczorek:** placki z cukinii, owoce sezonowe, kompot, woda

**Podwieczorek II:** pieczywo z ziarnami z masłem, sałata, szynka domowa, herbata owocowa, woda

## PIĄTEK

**Śniadanie (bufet):** pieczywo razowe, bułka kukurydziana, kasza manna na mleku ryżowym, ser żółty, twarózek ze szczypiorkiem i rzodkiewką, polędwica drobiowa, warzywa sezonowe, herbata owocowa z miodem, woda

**Owocowo-warzywna przekąska:** jabłka

**Obiad:** zupa zacierkowa, filet z miruny w cieście kokosowym, ziemniaki puree, surówka z kapusty kiszonej, kompot, woda

**Podwieczorek:** ciasto drożdżowe - wypiek własny, jogurt naturalny z owocami, kompot, woda

**Podwieczorek II:** kajzerka żytnia z serem i papryką, herbata owocowa, woda