

## MENU DLA PRZEDSZKOLA NA MARZEC 2018

PONIEDZIAŁEK		5-03-2018	Zupa jarzynowa <i>Placki brokułowe z sałką paprykowo-pomidorową. Kasza jęczmienna. Salatka z ogórków kiszonych i marchewki. Kompot wieloowocowy. 1.5.7.9</i>	12-03-2018	Kapuśniak <i>Kotleciki z kaszy jęczmiennej i białej fasoli. Kasza gryczana. Surówka z białej kapusty i kielkami. Kompot wieloowocowy. 6.7.</i>	19-03-2018	Krupnik <i>Spaghetti z granulatem sojowym. Kompot wieloowocowy. 1.7.9.</i>	26-03-2018	Krem z cz. soczewicy z grzankami <i>Ciecierzycza w sosie curry. Ryż biały, surówka z białej kapusty. Kompot wieloowocowy. 1.2.3.5.7.</i>
WTOREK		6-03-2018	Zupa pomidorowa z ryżem <i>Kotleciki kalafiorowe. Ziemiaki z koperkiem. Salatka z kiszonych ogórków, marchewką i jabłkiem. Kompot wieloowocowy 1.7.</i>	13-03-2018	Zupa pomidorowa z makaronem <i>Naleśniki z czarnym sezamem i pastą z soczewicy. Ziemiaki z koperkiem. Buraczki. Kompot wieloowocowy. 5.7.</i>	20-03-2018	Barszcz czerwony <i>Pieczone kotlety z zielonego groszku. Ziemiaki z koperkiem. Marchewka z pomarańczą. Kompot 1.2.7.10.</i>	27-03-2018	Zupa jarzynowa <i>Naleśniki z czarnym sezamem i pastą z soczewicy. Ziemiaki z koperkiem. Buraczki. Kompot 5.7.</i>
ŚRODA		7-03-2018	Barszcz czerwony <i>Łazanki z kapustą i granulatem sojowym. Kompot wieloowocowy 1.2.7.</i>	14-03-2018	Rosół z makaronem <i>Kotleciki z kaszy jęczmiennej i białej fasoli. Ryż. Marchewka z jabłkiem. Kompo t. 1.2.7.10.</i>	21-03-2018	Zupa pomidorowa z ryżem <i>Kotleciki ryżowe ze szpinakiem. Kopytka Buraczki Kompot 1.2.7.10.</i>	28-03-2018	Zupa ogórkowa <i>Pierogi ruskie. Surówka z białej kapusty Kompot wieloowocowy 1.2.7.</i>
CZWARTEK	1-03-2018	8-03-2018	Krupnik <i>Złociste kotleciki jaglane z tartą marchewką. Ziemiaki. Sur. z kapusty pekińskiej z kielkami i nasionami słonecznika. Kompot wieloowocowy 7.9.</i>	15-03-2018	Rosół z makaronem <i>Naleśniki z farszem jaglano-szpinakowym. Ajvar. Ziemiaki, Marchewka z groszkiem. Kompot wieloowocowy. 1.5.7.</i>	22-03-2018	Rosół z makaronem <i>Makaron ze szpinakiem. Surówka z sałaty lodowej, papryki z dodatkiem sosu vinegret. Kompot 1.2.5.7.9.</i>	29-03-2018	Krupnik <i>Potrąwka z batata i czerwonej fasoli. Ziemiaki. Surówka wiosenna. 2.5.7.</i>
PIĄTEK	2-03-2018	9-03-2018	Krem paprykowy z grzankami <i>Racuchy z jabłkiem i musem z truskawek Kompot wieloowocowy 1.2.5.7.</i>	16-03-2018	Zupa ogórkowa <i>Kotleciki z ciecierzycy (falafele). Ryż. Surówka z kiszonej kapusty. Kompot wieloowocowy 1.3.7.9.</i>	23-03-2018	Zupa jarzynowa <i>Kotleciki z czerwonej fasoli. Ryż. Surówka z kiszonej kapusty. Kompot wieloowocowy 1.2.3.5.7</i>	30-03-2018	Kapuśniak <i>Placuszki ziemniaczane z cukinią. Sos jagurtowo-czosnkowy. Kompot wieloowocowy 1.3.7.9.</i>

Wykaz alergenów stosowanych w Zakładzie Cateringowym Max-Pol :

- 1.ZBOŻAZawierające gluten,
- 2.JAJA
- 3.RYBY
- 4.SOJA
- 5.MLEKO łącznie z laktozą
- 6.ORZECHY
- 7.SELER
- 8.GORCZYCA
- 9.POMIDORY
- 10.OWOCE CYTRUSOWE

Małą czerwoną czcionką zaznaczono zamienniki dla żłobka w danym dniu.

### Gramatura posiłków

Zestaw obiadowy składa się z dwóch dań: zupy o pojemności 250ml oraz II dania (porcja mięsa 60 g, dodatki typu ziemniaki, kasza, kopytka, ryż - 130 g i surówka 70 g). Dodatkowo podawany jest kompot (200ml).  
W przypadku pierogów - 4 szt., leniwe - ok. 11 szt., natomiast gramatura surówek, w których skład wchodzi sałata lodowa może być mniejsza.  
Porcja dania typu "gulasz" wynosi 100 ml.