

**GRAMATURY PRZEDSZKOLA-PRZYKŁADOWE**

ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
<p><b>ZESTAW I - z zupą mleczną</b>                      Zupa mleczna 250 ml                      Pieczywo 30g                      masło 4g                      wędliny, sery, pasty 20g                      warzywo 15g                      zielenina, ziarna - jako dodatek                      Herbata 250 ml</p>	<p><b>Zupa 250 ml</b>   <b>Danie główne</b>                      Kotlety, filety, sztuka mięsa, ryba 60g                      Pulpety, filety, sztuka mięsa z sosem 60g/50ml                      Łazanki, spaghetti, inne makarony z dodatkami 220g</p>	<p>Owoc 1szt.                      Koktajl 150g                      Budyń/ kisiel 150g                      Pudding ryżowy/ jaglany 150g                      Kasze na mleku 150g                      Galaretka 150g                      Serek z owocami 100g                      Mus owocowy 100g                      Chrupki</p>
<p><b>ZESTAW II - bez zupy mlecznej</b>                      Pieczywo pszenne 60g                      masło 8g,                      wędliny, sery, pasty 35g                      warzywo 25g,                      zielenina, ziarna ,                      rodzyunki, powidła - jako dodatek                      Napój mleczny 250 ml</p>	<p>Gołąbki z sosem 180g/50ml                      Risotto z sosem 180g/50ml                      Kluski śląskie, kopytka z sosem 180g/50ml                      Pierogi leniwe 220g                      Pierogi 4 szt.                      Naleśniki 180g/ polewa 50 ml                      Pyzy, knedle 3szt.</p>	<p>kukurydziane/ jaglane 10g                      Ryż preparowany 5g                      Paluszki 10g                      Chałka, rogal/ pieczywo 30g                      masło 5g , dżem, miód 20g                      dodatek do pieczywa 20g , dodatek warzywny (ogórek , pomidor) 10g                      Wafel ryżowy 1 szt                      pieczywo chrupkie 1 szt.</p>
<p><b>ZESTAW III - szwedzki stół</b>                      Pieczywo pszenne 60g                      masło 10g,                      wędliny, sery, pasty 2x po 20g                      warzywo 2x po 15g                      zielenina, ziarna - jako dodatek                      Napój mleczny 250 ml</p>	<p><b>Ziemniaki/ makarony/ kasze/ ryż 130g</b>   <b>surówka/ warzywa na ciepło</b>                      do dania mięsnego 60g                      do dania półmięsnego 30g   <b>kompot 250 ml</b></p>	<p>Ciasto 1 kawałek                      Ciastka 2 szt./duże ciastko 1                      Talerz owocowo - warzywny 150g                      Biszkopty 2 szt.                      Sucharki 2 szt.</p>