

JADŁOSPIS PRZEDSZKOLE od 14.10.2024 do 25.10.2024

LISTA ALERGENÓW:

Alergen nr 1: zboża zawierające gluten (pszencica(e), żyto(b), jęczmień(c), oves(d), orkisz(e)) oraz produkty pochodne/ Alergen nr 2: skorupiaki i produkty pochodne/ Alergen nr 3: jaja i produkty pochodne/ Alergen nr 4: ryby i produkty pochodne/ Alergen nr 5: orzechy ziemne, orzechy arachidowe i produkty pochodne/ Alergen nr 6: soja i produkty pochodne/ Alergen nr 7: mleko i produkty pochodne/ Alergen nr 8: orzechy tj. migdały, orzechy włoskie, laskowe, nerkowca, pistacjowe i produkty pochodne/ Alergen nr 9: seler i produkty pochodne/ Alergen nr 10: GORCZYCA i produkty pochodne/ Alergen nr 11: NASIONA SEZAMU i produkty pochodne/ Alergen nr 12: DWUTLENEK SIARKI i słazyczny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/litr/ Alergen nr 13: LUBIN i produkty pochodne/ Alergen nr 14: MIECZAKI i produkty pochodne.

Poniedziałek 14 Październik		Wtorek 15 Październik		Środa 16 Październik		Czwartek 17 Październik		Piątek 18 Październik	
Pieczynwo mieszanne 40 g	1a 1b	Pieczynwo mieszanne 40 g	1a 1b	Pieczynwo mieszanne 30 g	1a 1b	Pieczynwo mieszanne 40 g	1a 1b	Pieczynwo mieszanne 40 g	1a 1b
Masło 6 g	7	Masło 6 g	7	Masło 6 g	7	Masło 6 g	7	Masło 6 g	7
Ser żółty 25g	7	Serek śmietankowy almete 25 g	7	Pasztecik drobiowy 25 g		Jajecznicza z szynką i szezyporkiem 40 g	3	szyneczka wieprzowa 25g	
Pomidor 30g		Salata/ ogórek 30g		Ogórek 30g		Marchew do schrupania 20 g		Pomidor 30g	
Kakao 150ml (mleko)	7	Herbata owocowa 150ml (miód 5g)		Zupa mleczna makaronem 150ml	1a 7	Kawa inka z mlekiem 150ml (cukier 5g)	1b 1c 7	Kakao 150ml (mleko)	7
Zupa Pomidorowa z Makaronem 250ml (170ml zupy+ 80g makaronu) / Marchew/seler/pietruska korzeń/pora / wywar mięsny kurczaka/ziemniak pomidorowy; zabielana śmietaną; nać z pietruszki	1a 7 9	Zupa Kapuśniak z białej kapusty 250ml / Marchew/seler/pietra korzeń/pora / wywar mięsny śmietaną kurczaka/ziemniaki,	7 9	Zupa koperkowa 250ml / Marchew/seler/pietruska korzeń/pora / wywar mięsny kurczaka/ziemniaki, koperek nać z pietruszki, śmietana	7 9	Zupa Szpinakowa z jajkiem 250ml / Marchew/seler/pietruska korzeń/pora / wywar mięsny kurczaka/ziemniaki, szpinak siekany, jajka nać z pietruszki śmietana	3 7 9	Zupa z brokułów 250ml /seler/pietruska korzeń/pora / wywar mięsny kurczaka/ziemniaki, brokuły /, nać pietruszki śmietana	7 9
Kompot owocowy 200 ml Czerwona porzeczka, jabłko wiśni (cukier 5g)		Lemoniada Cytrynowa 200 ml (cukier 5g)		Kompot owocowy 200 ml Czerwona porzeczka, jabłko wiśni (cukier 5g)		Lemoniada Cytrynowa 200 ml (cukier 5g)		Kompot owocowy 200 ml (Czerwona porzeczka, jabłko wiśnia (cukier 5g)	
Potrąwka z kurczaka 100g (filet drobiowy, mąka, śmietana)	1a 7	Kaszi schabowe duszone w sosie koperkowym 80 g Mąka, śmietana	1a 7	Kurczak pieczony w ziołach 80g (udko lub palka z kurczaka)		Ryż z jabłkami i cynamonem 200g		Kotlet rybny mielony 80g (filet z morszczuka, bułka pszenna , jajka)	1a 3 4
Ziemiaki puree 100g masło	7	Kasza pęczak 100g	1c	Ziemiaki puree 100g masło	7	Jogurt naturalny 60g	7	Ziemiaki puree 100g masło	7
Marchew z groszkiem 60g Mąka/ tłuszcz roślinny	1a	Bukiet warzyw na parze 60g Kalafior / brokuł/ marchew		Surówka z kapusty pekińskiej w jogurcie 60g (marchewka, nać pietruszki)	7			Surówka z kiszonej kapusty w oliwie 60g	
Owoc gruszkza 150g (1szt)		Galaretki jogurtowa z mussem truskawkowym 200g (1szt) Jogurt naturalny/ galaretka truskawkowa/truskawki	7	Ciasto ucierrane w wiśniami i kruszonką 80g/100g Mąka, jajka, wiśnie , cukier, proszek do pieczenia	1a 3	Owoc banan 150g (1szt)		Twarożek z jogurtem z brzoskwinia 200g (1szt) (ser twaróg, jogurt naturalny, brzoskwinia)	7

LISTA ALERGENÓW:

Alergen nr 1: zboża zawierające gluten (pszenica(a), żyto(b), jęczmień(c), owies(d), orkisz(e)) oraz produkty pochodne/ Alergen nr 2: skorupiaki i produkty pochodne/ Alergen nr 3: jaja i produkty pochodne/ Alergen nr 4: ryby i produkty pochodne/ Alergen nr 5: orzeszki ziemne, orzechy orzechowideł i produkty pochodne/ Alergen nr 6: soja i produkty pochodne/ Alergen nr 7: mleko i produkty pochodne/ Alergen nr 8: orzechy tj. migdały, orzechy włoskie, laskowe, nerkowca, pistacjowe i produkty pochodne/ Alergen nr 9: seler i produkty pochodne/ Alergen nr 10: GORCZYCA i produkty pochodne/ Alergen nr 11: NASIONA SEZAMU i produkty pochodne/ Alergen nr 12: DWUTLENIEK SIARKU i słodzony w sędzielnach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/litr Alergen nr 13: LUBINI i produkty pochodne/ Alergen nr 14: MIECZAKI i produkty pochodne.

Poniedziałek 21 Październik		Wtorek 22 Październik		Środa 23 Październik		Czwartek 24 Październik		Piątek 25 Październik	
Pieczynwo mieszanane 40 g	1a 1b	Pieczynwo mieszanane 40 g	1a 1b	Pieczynwo mieszanane 40 g	1a 1b	Pieczynwo mieszanane 30 g	1a 1b	Pieczynwo mieszanane 40 g	1a 1b
Masto 6 g	7	Masto 6 g	7	Masto 6 g	7	Masto 6 g	7	Masto 6 g	7
Ser żółty 25 g	7	Ser twardy 25 g	7	Pasta jajeczna 25 g	3	Pasta drobiowa z jogurtem naturalnym 25 g	7	Szyneczka drobiowa z indyka 25g	
pomidor 30 g		Rzodkiewka/ kielki 30g		Ogórek 30g		Szezy/piorek/ogórek kiszony 30g		Salata/ ogórek 30g	
Kawa inka z mlekiem 150ml (cukier 5g)	1b 1c 7	Kakao 150ml (mleko)	7	Kawa inka z mlekiem 150ml (cukier 5g)	1b 1c 7	Zupa mleczna z ryżem 150ml	7	Kakao 150ml (mleko)	7
Zupa Krupnik z kaszą jaglaną 250ml Marchew/seler/pietruska korzeń/pora / wywar mięsny karczaka/ziemniaki /kasza jaglana nać pietruski	9	Zupa wielowarzywna 250ml Marchew/seler/pietruska korzeń/pora / wywar mięsny karczaka/ziemniaki/ kalafior/ brokuł / Bruksel/ fasolka szparagowa, , nać z pietruski, przecier pomidorowy	9	Zupa kartoflanka 250ml /seler/pietruska korzeń/pora / wywar mięsny karczaka/ziemniaki/ , nać pietruski, majeranek śmietana	7 9	Zupa z ciecierzycą i pomidorami 250ml Marchew/seler/pietruska korzeń/pora / wywar mięsny karczaka/ziemniaki, ciecierzyca nać z pietruski	9	Zupa krem z zielonego groszku 250ml Marchewka /seler/pietruska/ groszek zielony /korzeń/pora / wywar mięsny karczaka/groszek zielony ziemniaki /, nać pietruski	7 9
Kompot owocowy 200 ml Czerwona porzeczka, jabłko wiśni (cukier 5g)		Lemoniada Cytrynowa 200 ml (cukier 5g)		Kompot owocowy 200 ml Czerwona porzeczka, jabłko wiśni (cukier 5g)		Lemoniada Cytrynowa 200 ml (cukier 5g)		Kompot owocowy 200 ml Czerwona porzeczka, jabłko wiśni (cukier 5g)	
Sos drobiowo- szpinakowy 100g (szpinak , śmietana , mąka)	1a 7	Kotlet mielony wieprzowy 80g (Mięso z szynki wieprzowej ,jajka, bulka pszenna)	1a 3	Kurczak z warzywami po chińsku 100g filet z kurczaka , marchewka, kukurydza , pietruszka, mąka ziemniaczana papryka czerwona , por, czosnek, brokuł	7 9	Pierogi leniwe polane bulka tartą 200g (ser twardy, ziemniaki jajka, mąka)	1a 3 7	Paluszkii rybne z fileta (3szt) 80g (filet z morszuczka, bulka pszenna , jajka)	1a 3 4
Makron pszenny penne 100g	1a	Ziemniaki pureé 100g masło	7	Ryż 100g		Surówka z marchewki i jabłka 60g		Ziemniaki pureé 100g masło	7
Owoc jabłko 150g (1szt)		Surówka "Coleslaw" 60 g Biała kapusta, marchew, kukurydza, nać pietruski sok z cytryny, jogurt naturalny majonez	3 7	Surówka z selera jabłka i marchewki w jogurcie 60 g	9 7	Ciasto kruche z jabłkami i cynamonem 100g Mąka, jajka, tłuszcz roślinny , jabłka , cukier, , proszek do pieczenia	1a 7 3	Jogurt grecki z malinami 200g (1szt)	7

UWAGI ! OWOCE MOGĄ ULEC ZMIANIE INFORMACJA DZIEŃ WCZEŚNIEJ DO PRZEDSZKOŁA

WICE DYREKTOR
Szkoly Podstawowej z Oddz. Int. i SP
imię i nazwisko
mgr **Rejzabka Łasota**