JADŁOSPIS OGÓLNY PRZEDSZKOLE

29-03.07.2020 r

DZIEŃ	I ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
29-06.2020 Poniedziałek	**Bułka z szynką drobiową, ser twarogowy, papryka, , roszpunka, kakao** **Kanapka:** bułka z ziarnami (50 g), masło (5 g), szynka drobiowa (15 g), ser twarogowy (20 g), papryka (20 g), rzodkiewka (15 g), roszpunka (5 g) **Napój:** kakao: mleko 2% (200 ml), kakao (3 g), miód	**Koktajl mleczny** na bazie maślanki, banana i truskawek **(250 ml), krążek ryżowy 1 sztuka)**	Zupa ogórkowa zabielana na wywarze mięsnym z ziemniakami (1,7,9) Kotlet drobiowy panierowany (1,3,7), ziemniaki dukane (7), surówka z marchewki i ananasa, kompot	**Cząstki jabłka chrupkiego pełnoziarnistego pieczywa** **Napój:** napar z herbaty anyżowej (200 ml)
30.06.2020 Wtorek	**Pieczywo, szynka wieprzowa , masło, ser żółty, pomidor, kawa zbożowa z mlekiem** **Kanapka**: chleb (25 g), masło (5 g), szynka sałata (3 g), sok z cytryny **Napój**: kawa zbożowa z mlekiem (200 ml)	**Cząstki jabłka ,** (, woda mineralna (200 ml)	Zupa szczawiowa zabielana z lanymi kluseczkami (1,3,7,9) Klops mielony smażony (1,3,7), ziemniaki puree z zieloną (7) pietruszką, mizeria z jogurtem naturalnym (7), sok	**Kanapka z pieczonym pasztetem z indyka, ogórek świeży, herbata owocowa** **Kanapka z pasztetem:** chleb mieszany (40 g), **pasztet z indyka, ogórek świeży** **Napój:** napar z herbaty owocowej (200 ml)
01.07.2020 Środa	**Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi , kanapka z serkiem, rzodkiewką i roszpunka. Herbata z cytryną:** **Zupa mleczna**: mleko 2% (200 ml), płatki (30 g),	**Kisiel do picia (250 ml) Chrupki kukurydziane 10 g**	Zupa kapuśniak z białej kapusty na wywarze mięsnym z ziemniakami	**Ciasto własnego wypieku (drożdżowe) (1,3,7), kawa zbożowa z mlekiem (7)**

ALERGENY: 1. Zboża zawierające gluten (pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, pszenica kamut) 2. Skorupiaki i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie) 3. Jaja i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie) 4. Ryby i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie) 5. Orzeszki ziemne (arachidowe) (produkty przygotowane na ich bazie) 6. Soja i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie) 7. Mleko i produkty pochodne(produkty przygotowane na ich bazie) 8. Orzechy(produkty przygotowane na ich bazie) 9. Seler i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie) 10. Gorczyca i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie) 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie) 12. Dwutlenek siarki 13.Łubin (produkty przygotowane na ich bazie) 14. Mięczaki (produkty przygotowane na ich bazie)

Zgodnie z informacjami od producentów użyte produkty gotowe (np. kakao, dżem, ketchup, koncentrat pomidorowy, produkty z mięsa) mogą zawierać śladowe ilości alergenów: glutenu, mleka łącznie z laktozą, jaj, soi, orzechów, selera i gorczycy.

Zaznaczono alergeny występujące w posiłkach zgodnie z rozporządzeniem 1169/2011

	Kanapka: chleb pełnoziarnisty (35 g), masło (5 g), serek homogenizowany (70 g), rzodkiewka (15 g), roszponka (5g) **Napój:** herbata z cytryną (200 ml): napar z herbaty, cytryna (3 g), miód		Szynka pieczona w sosie własnym, ziemniaki, fasolka szparagowa, kompot	**Ciasto własnego wypieku (100 g)** **Napój**: Kawa zbożowa z mlekiem (1,7): mleko 3,2% (200 ml), napar z kawy zbożowej (5 g), miód (5g)
02.07.2020 Czwartek	**Jajecznica na maśle ze szczypiorkiem (3,7) chleb (1) z pieczonym schabem, masłem (7), pomidorem i sałatą. Kakao (7).** **Jajecznica na maśle ze szczypiorkiem:** 1 jajko (50 g), masło (5 g), szczypiorek (3 g). **Kanapka**: chleb pszenny (50 g), masło (5 g), schab pieczony (15 g), pomidor (20 g), sałata (5 g). **Napój:** kakao: mleko 2% (200 ml), kakao (3 g), miód (5 g)	**Budyń waniliowy z dodatkiem świeżych owoców (250 ml), herbatnik**	Zupa pomidorowa na wywarze mięsnym zabielana z makaronem Kotlet pożarski, ziemniaki dukane z koperkiem, surówka z marchewki i ananasa, sok Kubuś	Ciasto marchewkowe **Napój**: Maślanka naturalna (7): (150 ml)
03.07.2020 Piątek	**Bułka pszenna (1) z serem (7), pasta z makreli (4,7), papryka czerwona, herbata zielona** Kanapka: bułka (25 g), masło (5 g), ser gouda (15 g) papryka czerwona (20 g); **pasta z makreli ze szczypiorkiem :**makrela (25 g), jogurt naturalny typu grecki (5g), szczypiorek (5g), **Napój**: mleko – 250 ml	**Sok marchwiowo – brzoskwiniowy (250 ml), wafel ryżowy**	Zupa jarzynowa niezabielana z mięsem i ziemniakami Makaron z twarogiem na słodko i truskawkami, kompot	Banan 1 sztuka woda mineralna

ALERGENY: 1. Zboża zawierające gluten (pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, pszenica kamut) 2. Skorupiaki i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie) 3. Jaja i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie) 4. Ryby i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie) 5. Orzeszki ziemne (arachidowe) (produkty przygotowane na ich bazie) 6. Soja i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie) 7. Mleko i produkty pochodne(produkty przygotowane na ich bazie) 8. Orzechy(produkty przygotowane na ich bazie) 9. Seler i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie) 10. Gorczyca i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie) 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie) 12. Dwutlenek siarki 13.Łubin (produkty przygotowane na ich bazie) 14. Mięczaki (produkty przygotowane na ich bazie)

Zgodnie z informacjami od producentów użyte produkty gotowe (np. kakao, dżem, ketchup, koncentrat pomidorowy, produkty z mięsa) mogą zawierać śladowe ilości alergenów: glutenu, mleka łącznie z laktozą, jaj, soi, orzechów, selera i gorczycy.

Zaznaczono alergeny występujące w posiłkach zgodnie z rozporządzeniem 1169/2011