

JADŁOSPIS OGÓLNY PRZEDSZKOLE

30.07.2018 –03.08.2018

DZIEŃ	I ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
30.07.2018 Poniedziałek	Twarożek wiejski z rzodkiewką i szczypiorkiem (20 g). Szyńka wieprzowa gotowana (1 plaster), pieczywo graham z masłem (2 kromki), papryka świeża (20 g), kakao (250 ml). (1,7)	Banan (1 sztuka) + twarożek homogenizowany waniliowy (1 kubeczek – 120 g), woda mineralna (250 ml) (1,7)	Botwinka (200 ml). Roladki ze schabu nadziewane szpinakiem (50 g), ziemniaki puree ze świeżym koperkiem (80 g), mizeria z jogurtem naturalnym (55 g), kompot (1,7,9)	Surówka z tartej marchewki z jabłkiem (70 g), wafle ryżowe (2 sztuki), herbata owocowa (250 ml).
31.07.2018 wtorek	Zupa mleczna z kaszką manną (200 ml). Paszтет drobiowy (20 g), ser żółty (1 plaster), pieczywo pszenno-żytnie z masłem (1,5 kromki), ogórek świeży, herbata zielona (250 ml). (1,7)	Chałka drożdżowa (4 kromki) z masłem i powidłami, herbata czarna delikatnie słodzona (250 ml) (1,7)	Zupa ogórkowa zabieleną na wywarze jarskim z ziemniakami (200 ml) Ryż na mleku zapiekany z jabłkami i cynamonem (170 g), woda mineralna z cytryną.(1,7,9)	Smoothie z mango i truskawek (lub malin, jagód) (250 ml), ₂ chrupki kukurydziane (10 g)
01.08.2018 środa	Pasta z tuńczyka (20 g), szynka z indyka (1 plaster), pomidor ze szczypiorkiem (30 g), pieczywo żytnie z masłem (2 kromki), bawarka (250 ml). (1,4,7)	Koktajl mleczny na bazie maślanki, banana i jagód (250 ml), wafle ryżowe (2 sztuki) (7)	Zupa koperkowa zabieleną na wywarze jarskim z ziemniakami (200 ml) Szyńka pieczona w sosie własnym (70 g), kasza jęczmienna (60 g), buraczki (70 g), kompot delikatnie słodzony (250 ml). (1,7,9)	Galaretka z malinami (250 g) biszkopty (4 sztuki), kawa zbożowa z mlekiem(250 m) (1,3,7)

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

<p>02.08.2018 czwartek</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami pszennymi (200 ml), szynka z indyka (1 plaster), kiełki, serek kanapkowy (15 g), papryka świeża (20 g), pieczywo razowe z masłem (1,5 kromki), herbata zielona (250 ml) (1,7)</p>	<p>Mix warzyw i owoców (morela, jabłko), kalarepa, marchewka) – 200 g, woda mineralna z miętą (250 ml).</p>	<p>Zupa owocowa z makaronem (200 ml) Kotlet pożarski z drobiu (50 g), ziemniaki dukane z zieloną pietruszką (70 g), surówka z selera(40 g), sok Kubuś (1,7)</p>	<p>Chruściki własnego wypieku 60 g), sok tłoczony z jabłek (250 ml) (1,3,7)</p>
<p>03.08.2018 piątek</p>	<p>Parówka z szynki z wody (1 sztuka), pasta jajeczna ze szczypiorkiem, bułka pszenna z masłem (1 sztuka), cząstki pomidora z bazylią (30 g), czekolada do picia (250 ml). (1,3,7)</p>	<p>Jogurt naturalny z mussli i łyżeczką miodu, cząstki gruszki (50 g) . (1,7)</p>	<p>Zupa kalafiorowa zabieleną z ziemniakami.(200 ml) Klopsiki z łososia (100 g)*, ziemniaki puree posypane koperkiem (80 g), surówka z kapusty pekińskiej(50 g), kompot delikatnie słodzony (1,3,7,9)</p>	<p>Drożdżówka z jabłkiem (80 g), kisiel do picia (250 ml)(1,3,7)</p>

* **klopsiki z łososia** – łosoś świeży, bułka namoczona w mleku, jajo kurcze, oregano, obtoczone w mące i smażone.

Przygotował: EduVital, dr Dorota Łoboda

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 gorzycy.

Zaznaczono alergeny występujące w posiłkach zgodnie z rozporządzeniem 1169/2011