

JADŁOSPIS OGÓLNY PRZEDSZKOLE

15.07.2019 – 19.07.2019 r

DZIEŃ	I ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
15.07.2019 r (poniedziałek)	Twarożek ze szczypiorkiem (80 g) (7) szynka wieprzowa gotowana (2 plastry), pomidor (4 plasterki) pieczywo pszenne z masłem (1,5 kromki) (1,7) , herbata malinowa (250 ml)	Słupki młodej marchewki i kalarepy (180 g), herbata koperkowa (250 ml).	Zupa owocowa (z czarnej porzeczki) z kostką z kaszy manny (250 g) (1,3,7). Kroket pieczony z nadzieniem warzywnym (groszek, marchew, por, brokuł) z sosem koperkowym (150 g) (1,3,7), woda mineralna (250 ml).	Bułka pszenna (1 sztuka) z masłem (1,7), pasztetem z indyka i świeżym ogórkiem , herbata miętowa (250 ml)
16.07.2019 r (wtorek)	Jajko gotowane (1 sztuka) (3,7) szynka z indyka, pieczywo pszenno-ziarniste z masłem (1,7), papryka świeża (20 g), bawarka (7) (250 ml)	Budyń waniliowy 250 ml (1,3,7) z musem ze świeżych jagód, woda mineralna (250 ml)	Koktajl nowalijkowy (jogurt naturalny, maślanka rzodkiewka, ogórek świeży, koperek, przyprawy) (250 ml) (1,3,7), Pierś z indyka w sosie własnym (1,3,7), kasza jęczmienna, buraczki, woda mineralna z miętą (250 ml).	Brzoskwinia/nectarynka (1 sztuka), biszkopty (6 sztuk), herbata zielona (250 ml)
17.07.2019 r (środa)	Owsianka na mleku z żurawiną (250 ml), pierś z indyka, pieczywo graham z masłem (2 kromki) (1,7), ogórek świeży (6 plasterków), herbata malinowa (250 ml)	Mix wiosenno-letni (mieszanka sałat, pomidor, ogórek, kukurydza, szczypiorek z dodatkiem sosu na bazie oliwy z oliwek z koperkiem, kromka chrupkiego chleba, herbata zielona	Krem ze świeżego kalafiora z grzankami (250 ml) (1,7,9) Zapiekany ryż na mleku z jabłkiem i cynamonem (180 g) (7), woda mineralna z cytryną (250 ml).	Bułka drożdżowa z kruszonką (1,3,7), sok z marchwi

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

<p>18.07.2019 r (czwartek)</p>	<p>Bułka grahamka (1 sztuka) z masłem (1,7), twarożek z rzodkiewką i koperkiem (7) (30 g), paszтет z indyka (1,7) (20 g), pomidor (2 plastry) , kawa zbożowa z mlekiem (1,7) (250 ml)</p>	<p>Jogurt naturalny (150 g), morele (3 sztuki) (80 g), herbata miętowa (250 ml).</p>	<p>Zupa: Botwinka na wywarze jarskim (1,7,9) Pierogi z mąki pełnoziarnistej z mięsem (wieprzowina/indyk) (1,3,7), surówka z selera (9) z rodzynkami, woda mineralna.</p>	<p>Serek waniliowy DAREK (150 g – 1 opakowanie) (7), herbata owocowa z owoców krajowych bez cukru</p>
<p>19.07.2019 r (piątek)</p>	<p>Bułka pszenna z masłem (1,7), ser żółty (7)(10 g), makreli ze szczypiorkiem (30g), rzodkiewka (2 sztuki), czekolada do picia (250 ml) (7)</p>	<p>Arbuz – bez skóry pokrojony na kawałki (300 g), biszkopty (2 sztuki) (1,3,7), herbatka schłodzona miętowa.</p>	<p>Zupa pomidorowa z drobnym makaronem (gwiazdki, Paluszki rybne - pieczone (70 g) (4), surówka z marchwi i ananasa, ziemniaki puree (7), kompot słodzony suszonymi owocami (50 g)</p>	<p>Banan (1 sztuka)+ kisiel do picia (250 ml)</p>

Przygotowała : dr Dorota Łoboda,
EduVital 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