

JADŁOSPIS OGÓLNY PRZEDSZKOLE

09.09 – 13.09.2019 r

| DZIEŃ | I ŚNIADANIE | II ŚNIADANIE | OBIAD | PODWIECZOREK |
|--|---|---|--|---|
| 09.09.2019 Poniedziałek | Owsianka (1,7), twarożek zielony (7), kanapka z chleba razowego z masłem (1,7), szynką z indyka, pomidorem i sałatą, napój: kakao (7) | Banan (1 mały), herbata anyżowa (250 ml) | Pomidorowa z ryżem (1,7,9) Jesienny kociolek (piesz z indyka, cukinia, dynia, fasolka szparagowa) Napój: sok pomarańczowy | Chalka z rodzynkami i masłem, jogurt pitny naturalny z owocami. (1,7) Chalka (25 g), rodzynki (10 g), masło (5 g) Jogurt pitny (150 ml) |
| 10.09.2019 Wtorek | Twarożek zielony (7), kanapka z bułki grahamki (1,7) i kawa zbożowa (1,7). | Brzoskwinia (1 średnia) herbata miętowa (250 ml) | Krem z dyni z pestkami dyni i słonecznika (1,7,9) Kotleciki drobiowe panierowane w otrębach (1,3,7) ziemniaki, surówka z kapusty Napój: Woda mineralna (200 ml) | Galaretka (250 g) z rodzynkami, bawarka (250 ml) |
| 11.09.2019 Środa | Zupa mleczna z płatkami jagłanymi, kanapka z serkiem, rzodkiewką i rozpunka. Herbata z cytryną: | Kisiel do picia (250 ml) | Zupa selerowa (1,7,9) Risotto (ryż, mięso wołowe, wieprzowe lub drobiowe, fasola czerwona, kukurydza, cukinia), surówka z cykorii Napój: woda z cytryną i miętą (200 ml) | Muffiny z marchwią (1,3,7), kawa zbożowa z mlekiem (7) Napój: Kawa zbożowa z mlekiem |

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>12.09.2019 Czwartek</p> | <p>Jajko na twardo z sosem jogurtowym (3,7) ze szczypiorkiem (3,7), grahamka (1) z pieczonym schabem, masłem (7), pomidorem i sałatą. Kakao (7).</p> | <p>Gruszka w cząstkach – 120 g (1 średnia sztuka), herbata zielona</p> | <p>Szpinakowa z ziemniakami (1,7,9) Spaghetti z sosem warzywno – mięsnym (7) Napój: woda z pomarańczą i miętą (200 ml)</p> | <p>Ryż z jabłkiem i cynamonem, maślanka do picia Napój: Maślanka naturalna (7): (150 ml)</p> |
| <p>13.09.2019 Piątek</p> | <p>Zupa mleczna (7), grahamka (1) z serem (7), pasta z makreli (4,7), papryka czerwona, herbata zielona</p> | <p>Koktajl mleczny na bazie maślanki i mrożonych truskawek (7) (250 ml)</p> | <p>Krem z brokuł z grzankami Ryba pieczona w sosie śmietanowym, ziemniaki, surówka z kapusty kiszonej Napój: woda mineralna z mrożonymi owocami (200 ml)</p> | <p>Kanapka na ciepło, herbata zielona</p> |

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