

## JADŁOSPIS OGÓLNY PRZEDSZKOLE

15.04 - 19.04.2019 r

DZIEŃ	I ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
<b>15.04.2019</b> <b>Poniedziałek</b>	Parówka z szynki (1 sztuka), twarożek z rzodkiewką (40 g), pieczywo pszenno-żytnie z masłem (2 kromki), papryka świeża (30 g), czekolada do picia (250 ml).	Jogurt naturalny z dodatkiem mrożonych malin (250 g), herbata anyżowa (250 ml)	Zupa : Zupa koperkowa na wywarze jarskim zabieleną jogurtem z ziemniakami (250 ml) (7,9). II Danie :Filet z indyka w potrawce (50 g) (1,3,7), ryż (50 g), marchewka gotowana (50 g), woda mineralna (250 ml).	Mus z dwóch jabłek (250 g)(1,7), biszkopty (3 sztuki) woda mineralna z miętą (250 ml).
<b>16.04.2019</b> <b>Wtorek</b>	Zupa mleczna z kaszka manną (250 ml) (7). Chleb graham z masłem (1,5 kromki) (1,7), szynka z indyka (1 plaster), pomidor ze szczypiorkiem (3 plasterki), herbata malinowa (250 ml)	Banan (1 sztuka) + cząstki jabłka (1 sztuka), herbata miętowa (250 ml)	Zupa: Jarzynowa bez zabielenia na wywarze jarskim (250 ml)(9). II Danie: Makaron ze szpinakiem (150 g) (1,3), kompot delikatnie słodzony (250 ml)	Surówka z marchewki i jabłka, wafel ryżowy (1 sztuka), herbata zielona (250 ml) (1,3,7)
<b>17.04.2019</b> <b>Środa</b> <b>WIELKANOC</b>	Jajka faszerowane szynka i łososiem (1 połówka z szynką i szczypiorkiem, 1 połówka z łososiem i koperkiem (3,7). Paszтет pieczony z udźca z indyka i wątróbki z indyka z żurawiną (30 g) (1,3,7), pieczywo z masłem (1,5 kromki) (1,7), ogórek zielony (4 plasterki). Kakao (7) (200 ml).	Szaszłyk owocowy (banan, winogrono, jabłko, mandarynka) (200 g), herbata zielona	Żurek z jajkiem (1/4 jajka) i białą kiełbasą z ziemniakami (200 ml) (1,7,9). Pieczeń ze schabu nadziewana morelami (50 g), ziemniaki z wody 100 g surówka z selera i rodzynek (50 g) (9), woda mineralna z miętą.	Babka drożdżowa (1,3,7), mazurek z kajmakiem (1,3,7), kawa zbożowa z mlekiem (1,7).

**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><b>18.04.2019</b> <b>Czwartek</b></p>	<p>Owsianka na mleku z jabłkiem i cynamonem (1,7), pieczywo ziarniste pszenno-żytnie z masłem (1,5 kromki) (1,7) szynka wieprzowa (1,5 plastra), ogórek świeży (4 plastry), herbata czarna delikatnie słodzona z cytryną (250 ml)</p>	<p>Cynamonka (80 g) (1,3,7), sok jabłkowy (250 ml).</p>	<p>Zupa krem z kalafiora (250 ml) (1,3,9,7), paluszki rybne z dorsza pieczone (4), kapusta kiszona z marchewką, ziemniaki z wody (80 g), kompot delikatnie słodzony (250 ml).</p>	<p>Kisiel do picia (200 ml), banan (1 sztuka) (7).</p>
<p><b>19.04.2019</b> <b>Piątek</b></p>	<p>Pasta z łososia (30 g)<sup>1</sup> (4,7), ser wędzony (20 g) (7), pieczywo pszenne z masłem (2 kromki), ogórek świeży, kawa zbożowa z mlekiem (250 ml)</p>	<p>Twarożek Danio (150 g)(7), gruszka (1 sztuka), herbata owocowa (250 ml)</p>	<p>Zupa: Pomidorowa z ryżem (250 ml) (1,7,9) Pierogi leniwe <u>na mące pełnoziarnistej i chudym twarogu</u> z trzcinowym cukrem i cynamonem, (150g) (1,3,7), woda mineralna (250 ml)</p>	<p>Bułka maślana z masłem (1 sztuka) i pasztetem z indyka (30 g) (1,7) oraz ogórkiem świeżym (4 plastry), herbata truskawkowa, (250 ml)</p>

Przygotował: EduVital,

dr Dorota Łoboda

<sup>1</sup> Pasta z łososia – łosoś wędzony, masło, koperek, przyprawy

**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*