






DZIECI PRZEDSZKOLE – JADŁOSPIS 25.09.2023 r- 29.09.2023r.

DATA	ŚNIADANIE	G	KCAL	II ŚNIADANIE	OBIAD	G	KCAL	PODWIECZOREK	G	KCAL
Poniedziałek 25.09.2023	Pieczywo pszenne ( <b>gluten</b> ) masło ( <b>mleko</b> ) ser żółty ( <b>mleko</b> ) pasztet domowy papryka czerwona ogórek małosolny szklanka mleka ( <b>mleko</b> )	35 7 10 20 150 250	140 40 36 32 24 50	Słupki warzyw do chrupania marchewka/ jabłko 150g/58 kcal  pestki słonecznika 5g/27kcal	I Zupa krem z cukinii z ziemniakami (włoszczyzna seler marchew cukinia ziemniaki przyprawy jogurt <b>mleko</b> )  II Naleśniki z serkiem ( <b>gluten jaja</b> twaróg półtłusty <b>mleko</b> /serek waniliowy <b>mleko</b> cukier waniliowy) ananas/brzoszwinie w syropie kompot z rabarbaru	300  250  80 250	150  264  45 60	Kisiel owocowy z truskawek / owoców leśnych kiwi pałki kukurydziane	130  50 10	45  30 35
Wtorek 26.09.2023	Zupa mleczna z gwiazdkami ( <b>mleko</b> ) makaron <b>gluten jaja</b> Pieczywo pszenno żytnie ( <b>gluten</b> ) masło ( <b>mleko</b> ) pasta twarogowa (twaróg półtłusty <b>mleko</b> ) szyneczka wieprzowa chuda/ szynka z indyka rukola pomidor herbata z pokrzywy	180  35 7 80 40 150 250	102  140 40 91 48 28 5	Arbuz  200g/70kcal	I Zupa grochowa z ziemniakami (włoszczyzna <b>seler</b> groch łuskany ziemniaki przyprawy)  II Gulasz wieprzowy duszony w sosie ciemnym z kaszą pęczak ( <b>gluten</b> cebula majeranek topatka wieprzowa sól pieprz <b>gluten</b> ) buraki gotowane kompot z owoców leśnych	300  220  140 250	150  244  62 60	Bagietka z masłem ( <b>gluten</b> <b>mleko</b> ) jajko na twardo ( <b>jaja</b> ) papryka kolorowa rzodkiewka szczypiorek rozspanka napój miętowy	35  60 110 250	90  80 28 5
Środa 27.09.2023	Pieczywo pszenne ( <b>gluten</b> ) masło ( <b>mleko</b> ) ser żółty ( <b>mleko</b> ) ryba w sosie pomidorowym ( <b>ryba</b> ) mix sałat ogórek kiszony papryka żółta herbata z cytryną	35 7 10 80 150 250	140 40 36 60 32 5	Słupki warzyw do chrupania  gruszka /kalarepa  200g/75kcal	I Rosół drobiowy z natką pietruszki (wywar z drobiu włoszczyzna <b>seler</b> ziele ang liście laurowe sól makaron <b>gluten</b> <b>jaja</b> ) II Potrawka drobiowa z ryżem parabolicznym w sosie śmietanowo cytrynowym ( <b>mleko gluten</b> ) marchewka z groszkiem gotowana na parze kompot z wiśni	300  198  130 250	150  230  45 60	Jogurt naturalny z sosem owocowym (malina <b>mleko</b> ) wafle tortowe	190  10	108  38
Czwartek 28.09.2023 ŚWIATOWY DZIEŃ JABŁKA 	Pieczywo pszenno żytnie ( <b>gluten</b> ) masło ( <b>mleko</b> ) pasta drobiowa z ciecierzycą (jaja gorczyca) sałatka makaronowa z ogórkiem zielonym (makaron ryżowy <b>gluten</b> ogórek zielony papryka kolorowa pietruska jogurt naturalny <b>mleko</b> majonez <b>jaja gorczyca</b> ) kawa inka na mleku ( <b>mleko</b> )	35 7 32 60 250	140 40 47 92 50	Jabłko / jabłko suszone  100g/42kcal 	I Zupa pomidorowa z ryżem (bulion warzywny włoszczyzna <b>seler</b> koncentrat pomidorowy przyprawy śmietana <b>mleko</b> )  II Ziemniaki puree ( <b>mleko</b> ) Ryba z pieca z warzywami ( <b>ryba</b> papryka kolorowa marchew cebula przyprawy ) kompot z jabłek	300  140 210 250	150  180 176 60	Kaszka manna z musem jabłkowym ( <b>mleko</b> ) rodzynki /żurawina 	120  10	80  25
Piątek 29.09.2023 DZIEŃ CHŁOPAKA 	Pieczywo mieszane (rogal <b>gluten</b> ) masło ( <b>mleko</b> ) serek kanapkowy ( twaróg półtłusty <b>mleko</b> ) szpinak papryka kolorowa szczypiorek powidła śliwkowe kakao ( <b>mleko</b> )	35 7 80 150 5 250	140 40 91 39 8 65	Słupki ogórka zielonego / gruszka  200g/78kcal  pestki dyni 5g/270kcal	I Zupa krupnik z kaszą jęczmienną (włoszczyzna <b>seler</b> kasza jęczmienna <b>gluten</b> ziemniaki przyprawy)  II Pierogi ze serem z własnego wypieku ( <b>gluten jaja</b> twaróg półtłusty serek waniliowy <b>mleko</b> ) surówka z marchewki i ananasa kompot z truskawek	300  200  150 250	150  260  54 60	Babka z własnego wypieku ( <b>gluten</b> <b>jaja mleko</b> ) banan borówka nektarynka lemoniada cytrynowa 	30  50 250	60  68 9

Wykaz alergenów na podstawie załącznika nr II do Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady(UE)nr1169/2011 z dnia 25 października 2011r.(Dz..U.U.E.L 2011.304.18)

\*wyrób własny,składniki alergenne zostały wyróżnione pogrubioną czcionką.

Uwaga:Dzieci bez ograniczeń mają udostępnioną wodę niegazowaną do picia podawaną w naczyniach jednorazowych.

Intendenci  
Dzieci