


DZIECI PRZEDSZKOLE- JADŁOSPIS 23.01.2023 r-27.01.2023r.

DATA	ŚNIADANIE	G	KCAL	II ŚNIADANIE	OBIAD	G	KCAL	PODWIECZOREK	G	KCAL
Poniedziałek 23.01.2023	Pieczywo pszenno żytnie (gluten) masło (mleko) pasta twarogowa ze szczypiorkiem (mleko) papryka rukola patera wędlin kawa zbożowa (mleko)	50 7 60 50 40 200	140 40 80 40 45 40	Warzywa do chrupania ogórek zielony 100g/25kcal	I Zupa jarzynowa z ziemniakami (włoszczyzna seler marchew kalafior kalarepa przyprawy śmietana mleko) II Łazanki (kapusta kwaszona makaron jaja gluten kiełbaska łopatka wieprzowa przyprawy) kompot owocowy	300 320 200	150 280 50	Koktajl owocowy (mleko) pałki kukurydziane	150 5	103 18
Wtorek 24.01.2023	Pieczywo mieszane (gluten) masło (mleko) ser żółty (mleko) pasztet domowy ogórek kiszony pomidor herbata z pokrzywy	50 7 20 20 50 200	140 40 72 45 38 5	Jabłko 100g/55kcal	I Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami (włoszczyzna seler fasolka szparagowa przyprawy śmietana mleko) II Ziemniaki puree (mleko) nugetsy rybne (jaja ryba gluten) bukiet surówek kompot owocowy	300 100 80 100 200	150 120 150 43 50	Bułka wyborowa z miodem (gluten) ogórek zielony do chrupania szklanka mleka (mleko)	35 80 200	70 20 50
Środa 25.01.2023	Pieczywo pszenne (gluten) masło (mleko) zupa mleczna z zacierką (mleko) szynka drobiowa patera warzyw herbata z cytryną	50 7 150 30 50 200	140 40 80 45 45 5	Warzywa do chrupania ogórek zielony/ marchew 100g/50 kcal	I) Rosół drobiowy z natką pietruszki (wywar z drobiu włoszczyzna seler ziele ang liść laurowy sól makaron gluten jaja) II Rissotto z warzywami (ryż gluten karkówka papryka kolorowa cebula ogórek kiszony) kompot owocowy	300 310 200	150 270 50	Ciasto murzynek z własnego wypieku (jaja gluten mleko) rodzynki bawarka (mleko)	40 5 200	90 18 40
Czwartek 26.01.2023	Pieczywo pszenno żytnie (gluten) masło (mleko) ser żółty (mleko) pasta drobiowa z czerwoną fasolą ogórek zielony mix sałat herbata rumiankowa	50 7 20 30 50 200	140 40 72 40 37 5	Gruszka 100g /58kcal wafle tortowe 10g/35kcal	I Zupa krem z zielonych warzyw z ziemniakami (włoszczyzna seler brukselka brokuły szpinak ziemniaki przyprawy śmietana mleko) II Ziemniaki w wodzie twaróg ze szczypiorkiem (mleko) czerwona papryka rzodkiewka szczypiorek kompot owocowym	300 100 90 100 200	150 110 80 55 50	Płatki na mleku (mleko) banan	180 1/2	100 35
Piątek 27.01.2023  WOŚP	Pieczywo mieszane (gluten) masło (mleko) serek łaciaty (mleko) konfitura truskawkowa pomidorki koktajlowe kiełki szklanka mleka (mleko)	50 7 40 15 50 200	140 40 60 35 43 50	Warzywa do chrupania ogórek zielony / papryka czerwona 100 g/ 55kcal	I Zupa barszcz ukraiński (wywar drobiowy włoszczyzna seler por ziemniaki buraki przyprawy) II Placki ziemniaczane z jogurtem naturalnym (gluten jaja mleko) Jabłko kompot owocowy	300 310 80 200	150 281 46 50	Galaretk truskawkowa patera owoców	150 50	70 35

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

Intendent
Dubot