

DZIECI ŻŁOBEK- JADŁOSPIS 22.04.2024r- 26.04.2024r.

DATA	ŚNIADANIE	G	KCAL	II ŚNIADANIE	OBIAD	G	KCAL	PODWIECZOREK	G	KCAL
Poniedziałek 22.04.2024	Pieczywo mieszane (gluten) masło (mleko) pasta twarogowa ze szczypiorkiem (twaróg półtłusty mleko) szynka z indyka , szyneczka chuda wieprzowa papryka czerwona, mix sałat, ogórek zielony herbata z pokrzywy	25 6 30 7 200 200	90 20 68 20 62 5	Słupki warzyw do chrupania kalarepa marchew gruszka 200g/87kcal	I Zupa krem z zielonych warzyw z ziemniakami (włoszczyzna, seler , marchew, brokuł, brukselka, zielony groszek, ziemniaki, śmietana mleko , przyprawy) II Ryż na mleku zapiekany z jabłkiem i cynamonem (mleko) kompot z wiśni	200 130 200	130 180 40	Shake owocowy z owoców leśnych (owoce leśne mleko) chrupki kukurydziane	105 5	70 18
Wtorek 23.04.2024	Pieczywo pszenne (gluten) masło (mleko) ser żółty (mleko) ryba w sosie pomidorowym (ryba) ogórek kiszony, roszonek, kiełki kawa inka na mleku (mleko)/herbata rumiankowa	25 6 5 35 200 200	90 20 15 24 32 40/5	Słupki warzyw do chrupania jabłko papryka zielona seler naciowy 200g/70kcal	I Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej (bulion warzywny, seler , włoszczyzna, kasza jęczmienna gluten , ziemniaki ,śmietana mleko ,przyprawy) II Pulpeciki z makaronem w sosie koperkowym (łopatka wieprzowa, gluten, jaja, mleko , przyprawy, koperek) fasolka szparagowa zielona gotowana na parze kompot z rabarbaru	200 120 130 200	130 158 46 40	Zupa mleczna z płatkami ryżowymi (mleko) brzoskwinia , rodzynki	220 80	110 56
Środa 24.04.2024	Pieczywo pszenno żytnie (gluten) masło (mleko) pasta twarogowa (twaróg półtłusty mleko) sałatka grecka (sałata lodowa, ogórek, pomidor, papryka, cebula, przyprawy) schab w ziołach, herbata z cytryną	25 6 30 40 7 200	90 20 68 75 20 5	Banan ½ 35kcal pałki kukurydziane 5g/18kcal	I Zupa kalafiorowa zabieleną z ziemniakami (wywar drobiowy, marchew, pietruszka ziemianki, seler , kalafior, sól pieprz śmietana mleko) II Ziemniaki puree (mleko) Filet z kurczaka duszony w ziołach (filet z kurczaka oregano bazylii sól pieprz czerwona papryka czerwona) surówka z kapusty pekińskiej z koperkiem i kukurydzą kompot z agrestu	200 100 35 150 200	130 120 55 52 40	Bułka poznańska (gluten) powidła śliwkowe szklanka mleka (mleko)	20 5	42 8
Czwartek 25.04.2024	Pieczywo pszenne (gluten) masło (mleko) ser żółty (mleko) szynka z indyka rukola, kiełki ,papryka czerwona kakao (mleko)	25 6 5 7 200 200	90 20 15 25 42 50	słupki warzyw do chrupania ogórek zielony jabłko 200g/65kcal pestki dyni 5g/27kcal	I Zupa kapuśniak z kapusty białej z ziemniakami (włoszczyzna, seler , kapusta biała, ziemniaki przyprawy) II Gulasz wieprzowy duszony w sosie ciemnym z kaszą pęczak (cebula, majeranek, łopatka wieprzowa sól pieprz gluten) buraki gotowane kompot z czerwonej porzeczki	200 115 130 200	130 140 57 40	Galaretko owocowa (truskawkowa) pomarańcza	70 60	40 29
Piątek 26.04.2024	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi (mleko) Pieczywo mieszane (gluten) masło (mleko) jajko gotowane na twardo ze szczypiorkiem (jaja) sałata masłowa, pomidorki koktajlowe, herbata z pokrzywy	220 25 6 15 200 200	110 90 20 24 31 5	gruszka marchew 200g/88kcal	I Zupa pomidorowa zabieleną z makaronem (bulion warzywno- drobiowy, seler , koncentrat pomidorowy makaron gluten jaja śmietana 18% mleko) II Ziemniaki z wody twaróg półtłusty (mleko) szczypiorek , rzodkiewka , papryka kolorowa, ogórek kiszony kompot z owoców leśnych	200 100 30 100 200	130 110 60 62 40	Patera owoców : ananas, mandarynka , kiwi wafle ryżowe	90 5	36 18

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.