

DZIECI ŻŁOBEK – JADŁOSPIS 29.07.2024r- 02.08.2024r.

DATA	ŚNIADANIE	G	KCAL	II ŚNIADANIE	OBIAD	G	KCAL	PODWIECZOREK	G	KCAL
Poniedziałek 29.07.2024	Pieczywo pszenne (gluten) masło (mleko) pasta twarogowa (twaróg półtłusty mleko) patera wędlin : szynka chuda wieprzowa, szynka z Indyka) pomidor , sałata lodowa szklanka mleka (mleko)	25 5 30 7 200 220	65 37 68 28 33 105	nektarynka papryka żółta 200g/64kcal	I Zupa kalafiorowa zabieleną z ziemniakami (włoszczyzna 130g, seler , kalafior 70g, ziemniaki 50g, przyprawy, śmietana 18% mleko) II Eskalopki wieprzowe z ryżem w sosie pomidorowym z bazylią (łopatka wieprzowa 30g , ryż 20 g , sól pieprz , bazyli , majeranek, konc . pomidorowy) ogórek kiszony kompot z wiśni	200 100 80 180	100 105 17 61	Kaszka manna z jagodami (mleko) morela suszona	80 5	102 16
Wtorek 30.07.2024	Pieczywo mieszane (gluten) masło (mleko) pasztet domowy pasta jajeczna ze szczypiorkiem (jaja , gorczyca) roszponka , papryka czerwona kakao (mleko)	25 5 10 17 200 180	80 37 19 38 41 139	kalarepa jabłko 200g/79kcal	I Zupa koperkowa z kaszą pęczak (bulion warzywno-drobiowy , seler , włoszczyzna 130g, ziemniaki, kasza pęczak 25g gluten przyprawy) II Zapiekanka makaronowa z brokułami i filetem z kurczaka (makaron20g gluten , jaja , ser żółty mleko śmietana 18 % mleko , filet z piersi kurczaka 30g ,brokuły 70g) kompot z czerwonej porzeczki	200 100 180	90 112 61	Rogal mleczny z miodem (gluten mleko) ogórek zielony herbata z dzikiej róży	20 100 200	55 14 5
Środa 31.07.2024	Pieczywo pszenne (gluten) masło (mleko) pasta twarogowa ze szczypiorkiem (twaróg półtłusty mleko) schab w ziołach kiełki , rzodkiewka , papryka żółta herbata malinowa	25 5 30 7 200 200	65 37 68 29 32 7	banan ½ 35kcal żurawina 5g/15kcal	I Zupa jarzynowa z ziemniakami (włoszczyzna 130g, fasolka szparagowa50g , groszek zielony 50g, kalafior50g , ziemniaki 70g , przyprawy sól, śmietana 18 % mleko) II Pieczeń w sosie ciemnym z kaszą jęczmienną (łopatka wieprzowa 30g cebula, kasza jęczmienna 20g gluten majeranek , sól, pieprz) marchew karotka gotowana na parze kompot z rabarbaru	200 110 130 180	110 112 40 61	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi (mleko) brzoskwinia	220 80	110 32
Czwartek 01.08.2024	Pieczywo pszenno-żytnie (gluten) masło (mleko) ser żółty (mleko) sałatka z pomidora i ogórka (jogurt naturalny mleko pomidor 120g, ogórek kiszony) szynka drobiowa kawa lina na mleku (mleko)/herbata z pokrzywy	25 5 5 40 7 180	90 37 18 58 12 40/5	Koktajl owocowy z malin (jogurt naturalny mleko , malina) 100ml/72kcal	I Zupa pomidorowa z natką pietruszki (bulion warzywno-drobiowy , seler , koncentrat pomidorowy , makaron 15g gluten, jaja) II Ziemniaki puree (mleko) Ryba w cieście (ryba jaja mleko) surówka z kapusty kiszonej kompot z jabłek	200 110 60 130 180	68 99 85 73 61	Babka z własnego wypieku (jaja, gluten mleko) borówka herbata z cytryną	15 40 200	45 28 5
Piątek 02.08.2024	Zupa mleczna z zacierką (mleko gluten jaja) Bułka poznańska/ bułka grahamka (gluten) masło (mleko) konfitura truskawkowa papryka żółta , rukola , ogórek zielony herbata rumiankowa	220 25 5 5 200 200	110 90 37 7 38 5	śliwka 80g/39kcal	I Zupa barszcz ukraiński (wywar z drobiu , włoszczyzna 130g seler ,por, buraki 70g , przyprawy) II Pierogi leniwe (mleko, gluten jaja) surówka z marchewki i ananasa kompot z agrestu	200 90 150 180	140 151 70 61	Arbuz chrupki kukurydziane	80 5	24 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.

Intendent
Dulak