

DZIECI ŻŁOBEK – JADŁOSPIS 05.08.2024r- 09.08.2024r.

DATA	ŚNIADANIE	G	KCAL	II ŚNIADANIE	OBIAD	G	KCAL	PODWIECZOREK	G	KCAL
Poniedziałek 05.08.2024	Pieczywo pszenne (gluten) masło (mleko) ser żółty (mleko) patera wędlin (szynka chuda wieprzowa, szynka drobiowa pomidor ,sałata lodowa kawa inka na mleku (mleko)/ herbata z dzikiej róży	25 5 5 7 200 180	65 37 18 30 33 40/5	Jabłko ½ 35kcal Rodzynki 7g/21 kcal	I Zupa jarzynowa zabelana z ziemniakami (włoszczyzna 130g, seler, cukinia 70g, ziemniaki 50g , przyprawy , śmietana 18 % mleko) II Naleśniki z powidłami śliwkowymi (gluten, jaja, twaróg półtłusty mleko, cukier waniliowy) gruszka kompot z agrestu	200 90/ 5 80 200	158 150/7 47 40	Shake owocowy z malin (jogurt naturalny 50g mleko, malina 80g) chrupki kukurydziane	100 5	72 18
Wtorek 06.08.2024	Zupa mleczna z płatkami owsianymi (mleko, 200 ml, płatki 10g). Pieczywo mieszane (gluten) masło (mleko) pasta twarogowa ze szczypiorkiem (twaróg półtłusty mleko) schab w ziołach , szyneczka z indyka rukola , rzodkiewka, kielki herbata rumiankowa	220 25 5 30 7 200 200	110 80 37 68 25 52 5	Słupki warzyw do chrupania kalarepa, Brzoskwinia 200g/75kcal	I Rosół drobiowy z natką pietruszki (wywar z drobiu , włoszczyzna 130g, seler, ziele ang., liście laurowe, sól 1g, por, makaron 15g gluten, jaja) II Ziemniaki puree (mleko) Ryba w jajku (ryba 45 g, jaja) Bukiet surówek : Surówka z kapusty pekińskiej i pora /Mizeria (jogurt naturalny 50 g mleko, ogórek zielony 80g, przyprawy)/ Kompot z rabarbaru	200 100 37 150 /80 200	196 130 50 52 /48 40	Budyń śmietankowy (mleko) Malina /borówka /kiwi	100 80	70 58
Środa 07.08.2024	Pieczywo pszenno-żytnie (gluten) masło (mleko) sałatka jarzynowa (seler , gorczyca, jaja) szynka chuda wieprzowa/kabanos drobiowy herbata z cytryną	25 5 40 20 200	90 37 80 49 5	Nektaryna, papryka czerwona , seler naciowy 200g/72kcal	I Zupa krupnik na wędzonce z kaszą jęczmienną (wywar drobiowy 25g, seler, włoszczyzna 130g, kasza jęczmienna 15g gluten, ziemniaki 50g , przyprawy) II Kluski łyżką kładzione okraszane kielbaską (gluten , jaja, mleko) Kapusta kiszona gotowana Kompot z owoców leśnych	200 80 150 200	120 92 38 40	Ciasto drożdżowe z własnego wypieku (gluten, jaja, mleko) jabiko Napój miętowy /kawa inka na mleku (mleko)	25 ½ 200	45 35 5/40
Czwartek 08.08.2024	Pieczywo pszenne (gluten) masło (mleko) pasztet domowy /szyneczka z indyka sałatka grecka z mozarella (sałata lodowa, ogórek, pomidor, papryka, cebula, przyprawy, ser mozarella 5g mleko) kakao (mleko)	25 5 15 40 180	65 37 47 65 120	Ananas , gruszka, Papryka zielona 200g/67kcal	I Zupa owocowa z muszelkami (makaron 15g gluten , jaja , wiśnia 50g, truskawka 50g) II Potrawka drobiowa w sosie śmietanowo – cytrynowym (ryż 20g filet z piersi kurczaka 30g, gluten, mleko) Brokuł / marchewka karotka gotowana Kompot z czerwonej porzeczki	200 110 200	165 112 40	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi (mleko 200ml, płatki 10g) zurawina , morela suszona	200 7	90 28
Piątek 09.08.2024	Pieczywo mieszane (gluten) masło (mleko) ser żółty (mleko) jajko gotowane na twardo ze szczypiorkiem (jaja) roszponka , papryka żółta , pomidorki koktajlowe herbata malinowa /kawa inka na mleku (mleko)	25 5 5 15 200 200	80 37 18 24 47 5/40	Arbuz 80g/24kcal Wafle tortowe 5g/17kcal	I Zupa pomidorowa z ryżem (bulion warzywno- drobiowy, seler, koncentrat pomidorowy, ryż 15g, sól 1g, pieprz, śmietana 18 % mleko) II Ziemniaki z wody Twaróg (twaróg półtłusty mleko) Rzodkiewka , papryka kolorowa , ogórek małosolny Kompot ze śliwek	200 100 30 200 200	140 72 68 67 40	Bagietka z masłem (gluten , mleko) Konfitura wiśniowa Herbata z pokrzywy	27 5 200	50 7 5

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
Dulko