

DZIECI ŻŁOBEK – JADŁOSPIS 09.09.2024r- 13.09.2024r.

DATA	ŚNIADANIE	G	KCAL	II ŚNIADANIE	OBIAD	G	KCAL	PODWIECZOREK	G	KCAL
Poniedziałek 09.09.2024	Pieczywo pszenno-żytnie (gluten) masło (mleko) ser żółty (mleko) pasztet domowy / szynka drobiowa ogórek małosolny, pomidor, rukola kawa inka na mleku (mleko)/herbata z dzikiej róży	25	65	jabłko marchew 200g/71kcal rodzynki 5g/15kcal	I Zupa kalafiorowa z ziemniakami (włoszczyzna 130g, seler , kalafior 70g, ziemniaki 50g, przyprawy) II Naleśniki z twarogiem (gluten , jaja , twaróg półtłusty mleko , cukier waniliowy) gruszka , morela kompot z agrestu	200	145	Shake owocowy (jogurt naturalny mleko , truskawka , malina) pałki kukurydziane	100	72
		5	37			110	150		5	18
		5	18			85	49			
200	28			180	61					
200	42									
200	40/5									
Wtorek 10.09.2024	Zupa mleczna z kaszką manna i sosem owocowym z malin (mleko 200ml, malina) Pieczywo mieszane (gluten) masło (mleko) patera wędlin : szynka chuda wieprzowa, szynka z indyka rzodkiewka, papryka żółta, rozszponka herbata z cytryną	220	100	brokuł gotowany ale dante z dipem jogurtowym (mleko) 120g/66kcal pestki dyni 5g/28 kcal	I Rosół drobiowy z natką pietruszki (wywar z drobiu, włoszczyzna 130g , seler , ziele ang., liście laurowe, sól 1g, por, makaron15g gluten, jaja) II Ziemniaki puree (mleko) Nagetsy drobiowe w płatkach kukurydzianych (gluten, jaja) surówka z po żydowsku(kapusta biała, marchew, por, papryka, ogórek zielony, natka pietruszki, oliwa sól 1g, pieprz) /fasolka zielona gotowana na parze kompot z wiśni	200	180	Sałatka owocowa (melon, brzoskwinia, arbuz, borówka, rodzynka) andruty	50	92
		25	80			110	99		5	18
		5	37			45	108			
		7	29			150/ 130	52/ 46			
		200	35			180	61			
200	5									
Środa 11.09.2024	Pieczywo pszenno-żytnie (gluten) masło (mleko) schab w ziołach , szynka drobiowa sałatka grecka (sałata lodowa, ogórek zielony, pomidor, papryka, cebula,serek mozzarella mleko) herbata z owoców leśnych	25	90	nektaryna kalarepa 200g/ 68kcal	I Zupa krupnik na wędzonce z kaszą jaglana (włoszczyzna 130g, seler , wywar mięsny, kasza jaglana 25g, ziemniaki 50g, przyprawy) II Pierogi leniwe (mleko , jaja , gluten) surówka z marchewki i ananasa kompot z czerwonej porzeczki	200	110	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi (płatki 10 g, mleko 200ml) banan	220	110
		5	37			90	151		1/2	35
		7	28			150	70			
		40	75			180	61			
200	5									
Czwartek 12.09.2024	Pieczywo pszenne (gluten) masło (mleko) ser żółty (mleko) ryba w sosie pomidorowym (ryba) roszponka, ogórek małosolny , papryka czerwona kawa inka na mleku (mleko)/herbata z pokrzywy	25	90	gruszka seler naciowy 200g/58kcal żurawina 5g/16kcal	I Zupa krem dyniowa z ziemniakami (włoszczyzna 130g, ziemniaki 50, seler , dynia 70g pomidor imbir, kurkuma, czosnek , sól 1 g, pieprz) II Gołąbki leniwe w sosie pomidorowym z ryżem (gluten , ryż 20g, łopatka wieprzowa 30g) brukselka gotowana na parze kompot z rabarbaru	200	98	Budyń czekoladowy z bezą (mleko , jaja) kiwi	105	89
		5	37			115	124		30	18
		5	18			130	47			
		35	24			180	61			
200	41									
200	40/5									
Piątek 13.09.2024	Pieczywo mieszane (gluten) masło (mleko) pasta twarogowa ze szczypiorkiem (mleko) kiełki, pomidor , ogórek zielony, powidła śliwkowe kakao (mleko)	25	90	arbuz 80g/24kcal	I Zupa pomidorowa z ryżem (bulion warzywno-drobiowy 130/25g , gluten seler , koncentrat pomidorowy , ryż , sól 1g, pieprz, śmietana 18 % mleko) II Ziemniaki puree (mleko) pulpety rybne w sosie śmietanowo - koperkowym (35 g ryba, gluten) surówka z kapusty kiszzonej /kalafior gotowany na parze kompot z jabłek	200	74	Bagietka z maselkiem (gluten , mleko) jajko gotowane na twardo (jaja) rzodkiewka, papryka kolorowa , sałata masłowa herbata malinowa	20	42
		5	37			100	99		17	38
		30	68			60	85		100	28
		200	48			130	74		200	5
		5	11			180	61			
200	139									

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
Mleko