

## JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY

DATA	ŚNIADANIE	ZUPA	II DANIE	PODWIECZOREK
<b>PONIEDZIAŁEK</b> <b>14.11.2022</b>	<p><b>Sucharki z mlekiem</b> 200 ml (mleko 2%: <u>mleko spożywcze</u> pasteryzowane 2 %; <u>sucharki pszenne</u>),</p> <p><b>Kanapki z pastą jajeczną, rzodkiewką i sałatą</b> - chleb pszenno- żytni 60g (mąka <u>pszenna</u> typ 650, mąka <u>żytnia</u> typ 720, <u>rozczyn żytni</u> typ 720, <u>sól</u>, woda, drożdże)</p> <p>pasta jajeczna 50g (jaja, jogurt naturalny: <u>mleko</u>, <u>białka mleka</u>, żywe kultury bakterii jogurtowych oraz Lactobacillus acidophilus i Bifidobacterium lactis; czosnek, koperek, świeży, szczypiorek, sól, pieprz)</p> <p>- masło 82 % - 10g (<u>śmietanka pasteryzowana</u>)</p> <p>- sałata, rzodkiewka 40g</p> <p><b>Herbata z cytryną</b> – 200 ml (woda, mieszanka czarnych herbat celjońskich i indyjskich; cytryna)</p>	<p><b>Zupa ogórkowa z ryżem</b> 250 ml (Bulion jarski: woda, marchew, <u>seler</u>, pietruszka korzeń, cebula, por, czosnek, olej rzepakowy/ masło klarowane, liść laurowy, pieprz czarny ziarnisty, ziele angielskie, lubczyk suszony, kozieradka, suszone warzywa bez dodatków (marchew, korzeń pietruszki, pasternak, <u>seler</u>, por, cebula, nać pietruszki i lubczyk), kurkuma; warzywa 100% w różnych proporcjach: marchew, pietruszka, <u>seler</u>, por, ogórek kiszony: ogórki, woda, sól; śmietana 18%: <u>śmietanka</u>, żywe kultury bakterii kwasu mlekowego; ryż biały; przyprawy: ziele angielskie, pieprz, liść laurowy, lubczyk, pietruszka zielona) 250 ml</p>	<p><b>Pieczeń rzymska w sosie pomidorowym</b> 100g (<u>łopatka wieprzowa</u>, <u>bułka pszenna</u>, <u>bułka tarta</u>, <u>jajo</u>, pulpa pomidorowa, koperek, sól; czosnek, cebula, papryka czerwona, mielona słodka; warzywa suszone: marchew, pasternak, pietruszka, cebula, por, papryka słodka, czosnek, lubczyk, kolendra, majeranek, pietruszka nać, papryka ostra, pieprz czarny, cukier, sól ; olej rzepakowy, pieprz, sól)</p> <p><b>Ziemniaki z koperkiem</b> 130 g <b>Kalafior gotowany</b> 50g</p> <p><b>Kompot</b> 150 ml (woda, mieszanka kompotowa: agrest, aronia, śliwka, rabarbar, wiśnia, truskawka, porzeczka czerwona; cukier)</p>	<p><b>Bułka z serem</b> 50g</p>

## JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY

<b>WTOREK</b> <b>15.11.2022</b>	<p><b>Bułka grahamka z żółtym serem z kolorową papryką, ogórkiem świeżym</b></p> <p>- bułka grahamka 1 szt (mąka <u>pszenna graham</u>, <u>rozczyń żytni typ 720</u>, sól, woda, drożdże) -</p> <p>- ser żółty – 25g (<u>Mleko pasteryzowane</u>, sól spożywcza, stabilizator: chlorek wapnia substancja konserwująca: lizozym (z jaj), kultury bakterii mlekowych (mleko), <u>podpuszczka mikrobiologiczna</u>, barwnik: annato)</p> <p>- masło 82 % - 10 g (<u>śmietanka pasteryzowana</u>)</p> <p>- ogórek świeży, papryka kolorowa – 40g</p> <p><b>kakao 200 ml</b> (mleko 2%: <u>mleko</u> spożywcze pasteryzowane 2 %; kakao)</p>	<p><b>Zupa pomidorowa z makaronem</b></p> <p>(Bulion jarski: woda, marchew, <u>seler</u>, pietruszka korzeń, cebula, por, czosnek, olej rzepakowy/ masło klarowane, liść laurowy, pieprz czarny ziarnisty, ziele angielskie, lubczyk suszony, kozieradka, suszone warzywa bez dodatków (marchew, korzeń pietruszki, pasternak, <u>seler</u>, por, cebula, nać pietruszki i lubczyk), kurkuma</p> <p>Koncentrat pomidorowy: pasteryzowany zawartość ekstraktu 30 %;</p> <p>Przecier pomidorowy: pomidory – 99.5 %, sól; ; makaron pszenny, świderki: mąka <u>pszenna</u> makaronowa; pietruszka zielona, przyprawy: pieprz ziarnisty, ziele angielskie, liść laurowy, sól)</p> <p style="text-align: center;">250 ml</p>	<p><b>Kotlet schabowy 70g</b></p> <p>(schab, sól, pieprz, czerwona papryka, czosnek, tymianek, olej rzepakowy, <u>jajko</u>, <u>bułka tarta</u>)</p> <p><b>Ziemniaki z koperkiem 130g</b></p> <p>(ziemniaki, koper, sól)</p> <p><b>Surówka z marchewki i jabłka 70g</b></p> <p>( marchewka, jabłko, olej rzepakowy, pieprz, sól)</p> <p><b>Kompot 150 ml</b></p> <p>(woda, mieszanka kompotowa: agrest, aronia, śliwka, rabarbar, wiśnia, truskawka, porzeczka czerwona; cukier)</p>	<p><b>gruszka</b> 120g</p>
------------------------------------	---	---	--	--------------------------------

## JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY

<p><b>ŚRODA</b> 16.11.2022</p>	<p><b>Kanapki z pasztetem, pomidorem, szczypiorkiem</b> - chleb pszenno – żytni 60g (mąka <u>pszenna</u> typ 650, mąka <u>żytnia</u> typ 720, <u>rozczyn żytni typ 720</u>, sól, woda, drożdże; chleb graham: mąka pszenna graham, <u>rozczyn żytni typ 720</u>, sól, woda, drożdże)</p> <p>- paszтет 30g (mięso z indyka, wątroba z indyka. serca z indyka. tłuszcz z indyka. bułka tarta (<u>mąka pszenna</u>, drożdże, sól, woda) kasza manna (<u>z pszenicy</u>) przyprawy)</p> <p>- pomidor , szczypiorek 40g</p> <p><b>Herbata z cytryną</b> – 200 ml (woda, mieszanka czarnych herbat celjońskich i indyjskich; cytryna)</p>	<p><b>Barszcz biały z jajkiem</b> 250 ml (wywar mięsny: woda, szynka z indyka, skrzydełko z kurczaka/ ćwiartka z kurczaka, marchew, <u>seler</u>, pietruszka korzeń, cebula, por, czosnek, liść laurowy, pieprz czarny ziarnisty, ziele angielskie, lubczyk suszony, kozieradka, suszone warzywa bez dodatków (marchew, korzeń pietruszki, pasternak, <u>seler</u>, por, cebula, nać pietruszki i lubczyka) kurkuma; ziemniaki; jajko; śmietana 18% : <u>śmietanka</u>, żywe kultury bakterii kwasu mlekowego; Zakwas żytni: woda, <u>mąka żytnia 650</u>, czosnek, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziarnisty, sól; majeranek)</p>	<p><b>Leniwe z serem</b> 180g (<u>mąka pszenna</u> 550, mleko 2%: <u>mleko</u> spożywcze pasteryzowane 2 %; <u>jajka</u>, sól, woda, olej rzepakowy; ser biały półtłusty: <u>mleko</u>, żywe kultury bakterii kwasu mlekowego; jogurt naturalny: <u>mleko</u>, <u>białka mleka</u>, żywe kultury bakterii jogurtowych oraz Lactobacillus acidophilus i Bifidobacterium lactis;)</p> <p><b>Surówka z marchewki</b> 70g (marchewka, jabłko, rodzynki, <u>jogurt naturalny</u>: <u>mleko</u>, <u>białka mleka</u>, żywe kultury bakterii jogurtowych oraz Lactobacillus acidophilus i Bifidobacterium lactis; olej rzepakowy, pieprz)</p> <p><b>Woda z cytryną</b> 150 ml (woda niegazowana źródlana, sok z cytryny)</p>	<p><b>Jogurt z owocami</b> 150g (<u>śmietanka</u>, cukier trzcinowy, brzoskwinia 12%, <u>mleko zagęszczone</u> odtłuszczone, <u>mleko</u>, żywe kultury bakterii jogurtowych)</p>
------------------------------------	---	---	---	---

## JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY

<b>CZWARTEK</b> <b>17.11.2022</b>	<p><b>Kanapki z szynką, ogórkiem kiszonym:</b></p> <p>- chleb pszenno- żytni 60g          (mąka <u>pszenna</u> typ 650, mąka <u>żytnia</u> typ 720, <u>rozczyn żytni typ 720</u>, sól, woda, drożdże; chleb graham: mąka pszenna graham, <u>rozczyn żytni typ 720</u>, sól, woda, drożdże)</p> <p>- masło 82% - 7g          (<u>śmietanka pasteryzowana</u>)</p> <p>- szynka wieprzowa 25g</p> <p>- rzodkiewka, pomidor – 40g</p> <p><b>kakao</b> 200 ml          (_mleko 2%: <u>mleko spożywcze</u> pasteryzowane 2 %; kakao)</p>	<p><b>Kapuśniak</b>          250 ml</p> <p>(Bulion mięsny: ćwiartka z kurczaka, szyja z indyka, woda, marchew, <u>seler</u>, pietruszka korzeń, cebula, por, czosnek, olej rzepakowy/ masło klarowane, liść laurowy, pieprz czarny ziarnisty, ziele angielskie, lubczyk suszony, kozieradka, suszone warzywa bez dodatków (marchew, korzeń pietruszki, pasternak, <u>seler</u>, por, cebula, nać pietruszka i lubczyk), kurkuma; warzywa 100% w różnych proporcjach: marchew, pietruszka, <u>seler</u>, por; kapusta kiszona, ziemniaki, Koncentrat pomidorowy- pasteryzowany zawartość ekstraktu 30 %; Pietruszka zielona, majeranek, kminek, sól, pieprz)</p>	<p><b>Kolorowy kociolatek</b> 130g          (pierś z kurczaka, warzywa: cukinia, <b>dynia</b>, papryka czerwona, zielona, żółta; marchew, pietruszka, przecier pomidorowy: pomidory – 99.5 %, sól; pieprz, czosnek, cebula, ziele angielskie, liść laurowy, oregano, bazylia; warzywa suszone: marchew, pasternak, pietruszka, cebula, por; papryka słodka, czosnek, lubczyk, kolendra, majeranek, pietruszka nać, papryka ostra, pieprz czarny, cukier, sól ; olej rzepakowy, <u>mąka pszenna typ 550</u>, pieprz, sól)</p> <p><b>Ryż</b> 100g          (ryż, sól)</p> <p><b>Kompot</b> 150 ml          (woda, mieszanka kompotowa: agrest, aronia, śliwka, rabarbar, wiśnia, truskawka, porzeczka czerwona; cukier)</p>	<p><b>Owoce mix</b>          100g</p>
--------------------------------------	--	---	---	---

## JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY

<b>PIĄTEK</b> <b>18.11.2022</b>	<p><b>Bułka kajzerka z twarożkiem i dżemem</b></p> <p>- bułka kajzerka 1 szt (mąka <u>pszenna typ 550</u>, woda, margaryna (wyselekcjonowane tłuszcze i oleje roślinne, woda, sól, 0.3% emulgatory (lecycyny, mono- i dwuglicerydy kwasów tłuszczowych), aromaty, barwnik naturalny: annato, drożdże, cukier, sól)</p> <p>- masło 10g (<u>śmietanka pasteryzowana</u>)</p> <p>-twarożek 40g (ser biały półtłusty śmietankowy: <u>mleko pasteryzowane</u>, kultury mleczarskie; jogurt naturalny: <u>mleko, białka mleka</u>, żywe kultury bakterii jogurtowych oraz Lactobacillus acidophilus i Bifidobacterium lactis)</p> <p>- dżem brzoskwiniowy 10g</p> <p>- <b>banan</b> 50g</p> <p><b>Kawa zbożowa</b> 200 ml (mleko 2%: <u>mleko spożywcze</u> pasteryzowane 2 %; zboża 78% (<u>jęczmień, żyto</u>), cykorja)</p>	<p><b>Zupa grochowa</b> 250 ml (Bulion mięsny: ćwiartka z kurczaka, szyja z indyka, woda, marchew, <u>seler</u>, pietruszka korzeń, cebula, por, czosnek, olej rzepakowy/ masło klarowane, liść laurowy, pieprz czarny ziarnisty, ziele angielskie, lubczyk suszony, kozieradka, suszone warzywa bez dodatków (marchew, korzeń pietruszki, pasternak, <u>seler</u>, por, cebula, nać pietruszkai lubczyka), kurkuma; warzywa 100% w różnych proporcjach: marchew, pietruszka, <u>seler</u>, por; groch połówki, ziemniaki, Koncentrat pomidorowy- pasteryzowany zawartość ekstraktu 30 %; Pietruszka zielona, majeranek, sól, pieprz)</p>	<p><b>Paluszki rybne</b> 70g (<u>mintaj, bułka tarta, mąka pszenna typ 550, jajo</u>, przyprawy: sól, pieprz, koperek świeży, czosnek)</p> <p><b>Ziemniaki z koperkiem</b> 130g (ziemniaki, koperek, sól)</p> <p><b>Surówka z kiszonej kapusty</b> 70g (kapusta kiszona, marchew, cebula, jabłko, pieprz, olej rzepakowy)</p> <p><b>Kompot</b> 150 ml (woda, mieszanka kompotowa: agrest, aronia, śliwka, rabarbar, wiśnia, truskawka, porzeczka czerwona; cukier)</p>	<p><b>kanapka z serkiem śmietankowym, warzywami</b> - bagietka 30g</p> <p>- <b>serek śmietankowy</b> (Skład: <u>mleko pasteryzowane</u>, czyste kultury mleczarskie)</p> <p style="text-align: center;">20g</p> <p>- pomidorki koktajlowe 20g</p>
------------------------------------	--	---	--	---