

## JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY

DATA	ŚNIADANIE	ZUPA	II DANIE	PODWIECZOREK
<b>PONIEDZIAŁEK</b> <b>28.11.2022</b>	<p><b>Pieczyno, jajecznica, warzywa</b>                      - chleb pszenno – żytni 60g                      (mąka <u>pszenna</u> typ 650, mąka <u>żytnia</u> typ 720, <u>rozczyń żytni typ 720</u>, sól, woda, drożdże; chleb graham: mąka pszenno graham, <u>rozczyń żytni typ 720</u>, sól, woda, drożdże)</p> <p>- jajecznica ze szczypiorkiem 50g</p> <p>- masło 7g                      (<u>śmietanka pasteryzowana</u>)</p> <p>- pomidor, roszponka 40g</p> <p><b>Kakao</b> 200 ml                      (mleko 2%: <u>mleko spożywcze</u> pasteryzowane 2 %; kakao bez cukru)</p>	<p><b>Krupnik z kaszą jagłana</b>                      ( wywar mięsny: woda, szyjka 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, lubczyk, kurkuma; kasza jagłana, ziemniaki, marchewka, <u>seler</u>, pietruszka, nać pietruszki sól, pieprz)250 ml</p>	<p><b>Spaghetti z sosem warzywno-mięsnym 220 g</b>                      (makaron spaghetti, mięso mielone wieprzowe, pomidor, dynia, marchew, groszek zielony, olej rzepakowy; pulpa pomidorowa, czosnek, cebula, przyprawy: bazylia, oregano, pieprz; drobno starty ser)</p> <p><b>Różyczki kalafiora 50g</b>                      (kalafior z wody)</p> <p><b>Kompot 150 ml</b>                      (woda, mieszanka kompotowa: agrest, aronia, śliwka, rabarbar, wiśnia, truskawka, porzeczka czerwona; cukier)</p>	<p><b>Jogurt z owocami leśnymi</b>                      150g                      (<u>śmietanka</u>, cukier trzcinowy, truskawki 12%, <u>mleko zagęszczone</u> odtłuszczone, <u>mleko</u>, żywe kultury bakterii jogurtowych)</p>

## JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY

<p><b>WTOREK</b> <b>29.11.2022</b></p>	<p><b>Kanapki pastą z ciecioriki, ogórkiem kiszonym:</b></p> <p>- chleb pszenno-żytni 60g (mąka pszenna typ 650, mąka żytnia typ 720, rozczyń żytni typ 720, sól, woda, drożdże; chleb graham: mąka pszenna graham, rozczyń żytni typ 720, sól, woda, drożdże)</p> <p>- masło 82% - 7g (śmietanka pasteryzowana)</p> <p>- pasta z ciecioriki 20 g (cieciorika gotowana, pomidory suszone: oliwa, pomidory, czosnek, pieprz, sól; majeranek, sól, pieprz, oliwa z oliwek, sok z cytryny)</p> <p>- ser żółty 12g (Mleko pasteryzowane, sól spożywcza, stabilizator: chlorek wapnia substancja konserwująca: lizozym (z jaj), kultury bakterii mlekowych (mleko), podpuszczka mikrobiologiczna, barwnik: annato)</p> <p>- ogórek świeży, 40g</p> <p><b>Kawa zbożowa 200 ml</b> (mleko 2%: mleko spożywcze pasteryzowane 2%; zboża 78% (jęczmień, żyto), cykoria)</p>	<p><b>Zupa pomidorowa z ryżem</b> (Bulion jarski: woda, marchew, seler, 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, seler, por, cebula, nać pietruszki i lubczyk), kurkuma; włoszczyzna: warzywa 100% w różnych proporcjach: marchew, pietruszka, seler, por; Koncentrat pomidorowy: pasteryzowany zawartość ekstraktu 30%; Przecier pomidorowy: pomidory – 99.5%, sól; ; ryż biały; śmietana 18% : śmietanka, żywe kultury bakterii kwasu mlekowego; pietruszka zielona, przyprawy: pieprz ziarnisty, ziele angielskie, liść laurowy, sól) 250 ml</p>	<p><b>Mielony 80g</b> (filet z kurczaka, ćwiartka z kurczaka, łopatka wieprzowa, koperek, czosnek, cebula, olej rzepakowy, mąka pszenna typ 550, ziele angielskie, liść laurowy, papryka czerwona, mielona słodka; warzywa suszone: marchew, pasternak, pietruszka, cebula, por, papryka słodka, lubczyk, kolendra, majeranek, oregano, bazylija, papryka ostra, pieprz czarny, cukier, sól; pieprz, sól)</p> <p><b>Ziemniaki 130g</b> (ziemniaki, sól)</p> <p><b>Surówka z kapusty pekińskiej 70g</b> (kapusta pekińska, marchew, papryka, ogórek, kukurydza, cebula, koperek, olej rzepakowy, sól, pieprz)</p> <p><b>Kompot 150 ml</b> (woda, mieszanka kompotowa: agrest, aronia, śliwka, rabarbar, wiśnia, truskawka, porzeczka czerwona; cukier)</p>	<p><b>Ciasto z owocami 60g</b></p>
--	---	---	---	------------------------------------

## JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY

<p><b>ŚRODA</b> <b>30.11.2022</b></p>	<p><b>Płatki owsiane z mlekiem</b> 200 ml (mleko 2%: <u>mleko spożywcze</u> pasteryzowane 2 %; płatki owsiane)</p> <p><b>Kanapki z wędliną, papryką</b> - chleb pszenno- żytni 60g (mąka <u>pszenna</u> typ 650, mąka <u>żytnia</u> typ 720, <u>rozczyzn żytni typ 720</u>, sól, woda, drożdże)</p> <p>- Polędwica drobiowa 20g (filet z piersi kurczaka 74%, woda, skrobia ziemniaczana, substancja konserwując E 250, <u>izobal białka sojowego</u>, białko wieprzowe , stabilizatory: E 450, 451, sól, przyprawy (zawierają białka mleka) , cukier, wzmacniacz smaku 621, 635, regulator kwasowości E330, barwnik E 150c, aromat, przeciwutleniacz E- 316)</p> <p>- masło 82 % - 10g (<u>śmietanka pasteryzowana</u>)</p> <p>- papryka kolorowa 40g</p> <p><b>Herbata z cytryną</b>– 200 ml(woda, mieszanka czarnych herbat cejlońskich i indyjskich; cytryna)</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 pietruszka i lubczyk), 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>Pierogi z serem</b> 220g (makaron kokardki: mąka pszenna typ 550, woda; brokuł; serek śmietankowy: <u>mleko pasteryzowane</u>, kultury mleczarskie; śmietana 18%: <u>śmietanka</u>, żywe kultury bakterii; jogurt naturalny: <u>mleko</u>, <u>białka mleka</u> , żywe kultury bakterii jogurtowych oraz Lactobacillus acidophilus i Bifidobacterium lactis, pieprz, koperek świeży)</p> <p><b>Kompot</b> 150 ml (woda, mieszanka kompotowa: agrest, aronia, śliwka, rabarbar, wiśnia, truskawka, porzeczka czerwona; cukier)</p>	<p><b>Gruszka</b> 120g</p>
---	---	--	--	----------------------------

## JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY

<p><b>CZWARTEK</b> <b>01.12.2022</b></p>	<p><b>Kanapki z pastą rybną, ogórkiem kiszonym:</b></p> <p>- chleb pszenno- żytni 60g (mąka pszenna typ 650, mąka żytnia typ 720, rozczyń żytni typ 720, sól, woda, drożdże; chleb graham: mąka pszenno graham, rozczyń żytni typ 720, sól, woda, drożdże)</p> <p>- masło 82% - 7g (<u>śmietanka pasteryzowana</u>)</p> <p>- Pasta rybna 50g (<u>ryba makrela</u>, jajko, koncentrat pomidorowy, pieprz, koperek)</p> <p>- Ogórek kiszony – 40g (ogórki, woda, sól)</p> <p><b>Herbata owocowa</b> 200 ml (woda, mieszanka czarnych herbat celjońskich i indyjskich; herbata malinowa: owoc maliny (60%), kwiat hibiskusa, owoc dzikiej róży, naturalny aromat)</p>	<p><b>Barszcz ukraiński z fasolką szparagową</b> 250 ml</p> <p>(wywar mięsny: woda, szczyka z indyka, skrzydełko z kurczaka/ ćwiartka z kurczaka, marchew, <u>seler</u>, pietruszka korzeń, cebula, por, czosnek, liść lauowy, 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; buraki, ziemniaki; śmietana 18% : <u>śmietanka</u>, żywe kultury bakterii kwasu mlekowego; Zakwas żytni: woda, <u>mąka żytnia 650</u>, czosnek, ziele angielskie, liść lauowy, pieprz ziarnisty, sól)</p>	<p><b>Pierś z kurczaka zapiekana ze szpinakiem</b> 70g/70g</p> <p>(pierś z kurczaka, sól, pieprz, tymianek, majeranek, papryka słodka mielona, czosnek, olej rzepakowy; Szpinak duszony: (szpinak mrożony, czosnek, cebula, sól, pieprz, masło 82 % : śmietanka pasteryzowana)</p> <p><b>Kasza gryczana</b> 100g (kasza gryczana, sól)</p> <p><b>Kompot</b> 150 ml (woda, mieszanka kompotowa: agrest, aronia, śliwka, rabarbar, wiśnia, truskawka, porzeczka czerwona; cukier)</p>	<p><b>Chałka z masłem</b> -Chałka 30g -Masło 5g (<u>śmietanka pasteryzowana</u>)</p>
--	--	---	---	--

## JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY

<b>PIĄTEK</b> <b>02.12.2022</b>	<p><b>Bułka kajzerka z twarożkiem i warzywami</b></p> <p>- bułka kajzerka 1 szt(mąka <u>pszenna</u> typ 550, woda, margaryna (wyselekcjonowane tłuszcze i oleje roślinne, woda, sól, 0.3% emulgatory (lecytyny, mono-i dwuglicerydy kwasów tłuszczowych), aromaty, barwnik naturalny: annato, drożdże, cukier, sól)</p> <p>- masło 10g(<u>śmietanka pasteryzowana</u>)</p> <p>-twarożek 50g (ser biały półtłusty śmietankowy: <u>mleko pasteryzowane</u>, kultury mleczarskie; jogurt naturalny: <u>mleko, białka mleka</u> ,żywe kultury bakterii jogurtowych oraz Lactobacillusacidophilus i Bifidobacteriumlactis)</p> <p>- pomidor, sałata 40g</p> <p><b>Kawa zbożowa</b> 200 ml(mleko 2%: <u>mleko spożywcze pasteryzowane</u> 2 %; zboża 78% (<u>jęczmień, żyto</u>), cykoria)</p>	<p><b>Zupa rosół z makaronem</b></p> <p>250 ml (wywar jarski :woda, <u>seler</u> marchew, pietruszka korzeń, seler naciowy, cebula, por, czosnek, olej rzepakowy/ masło klarowane, liść laurowy, pieprz czarny ziarnisty, ziele angielskie, lubczyk suszony, kozieradka, suszone warzywa bez dodatków, kurkuma; makaron pszenny, nitki: <u>mąka pszenna</u> makaronowa; włoszczyzna : marchew, pietruszka, , pietruszka nać)</p>	<p><b>Paluszki rybne rybny</b>70g (filet z mintaja, przyprawy: sól, pieprz, mąka <u>pszennatyp 500</u>, <u>jajka</u>, bułka tarta (mąka <u>pszenna typ 650</u>, drożdże, woda, sól; olej rzepakowy )</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 150 ml</b>(woda,mieszanka kompotowa: agrest, aronia, śliwka, rabarbar, wiśnia, truskawka, porzeczka czerwona; cukier)</p>	<p><b>banan</b> 100g</p>
------------------------------------	--	--	---	------------------------------