

JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY

DATA	ŚNIADANIE	ZUPA	II DANIE	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK 09.01.2023.	<p>Płatki kukurydziane z mlekiem 200 ml (mleko 2%: <u>mleko spożywcze</u> pasteryzowane 2 %; płatki kukurydziane),</p> <p>Kanapki z pastą jajeczną, rzodkiewką i sałatą - chleb pszenno-żytni 60g (mąka <u>pszenna typ 650</u>, mąka <u>żytnia typ 720</u>, <u>rozczyzn żytni typ 720</u>, sól, woda, drożdże)</p> <p style="padding-left: 40px;">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) - masło 82 % - 10g (<u>śmietanka pasteryzowana</u>)</p> <p style="padding-left: 40px;">- sałata, rzodkiewka 40g</p> <p>Herbata z cytryną – 200 ml (woda, mieszanka czarnych herbat celjońskich i indyjskich; cytryna)</p>	<p>Zupa jarzynowa 250 ml (wywar 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, kurkuma; kalafior, brokuł, fasolka szparagowa; ziemniaki; włoszczyzna : marchew, pietruszka, <u>seler</u>; <u>śmietana</u> 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; <u>mąka pszenna typ 550</u>, pietruszka nać)</p>	<p>Kolorowy kociółek 130g (pierś z kurczaka, warzywa: dynia, 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 style="text-align: center;">Kasza pęczak 100 g</p> <p style="text-align: center;">Kompot 150 ml (woda, mieszanka kompotowa: agrest, aronia, śliwka, rabarbar, wiśnia, truskawka, porzeczka czerwona; cukier)</p>	<p style="text-align: center;">Serek waniliowy 100g</p>

JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY

WTOREK 10.01.2023.	<p>Bułka grahamka z żółtym serem z kolorową papryką, ogórkiem świeżym - bułka grahamka 1 szt (mąka <u>pszenna</u> graham, <u>rozczyń żytni typ 720</u>, sól, woda, drożdże) -</p> <p>- ser żółty – 12g (Mleko <u>pasteryzowane</u>, sól spożywcza, stabilizator: chlorek wapnia substancja konserwująca: lizozym (z jaj), kultury bakterii mlekowych (mleko), <u>podpuszczka mikrobiologiczna</u>, barwnik: annato)</p> <p style="text-align: center;">Miód 10g</p> <p>- masło 82 % - 10 g (<u>śmietanka pasteryzowana</u>)</p> <p>- ogórek świeży, papryka kolorowa – 30g</p> <p style="text-align: center;">kakao 200 ml (mleko 2%: <u>mleko</u> spożywcze pasteryzowane 2 %; kakao)</p>	<p>Zupa pomidorowa z makaronem (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) 250 ml</p>	<p>Pieczeń rzymska 100g (łożatka wieprzowa, <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>Ziemniaki z koperkiem 130g (ziemniaki, sól, świeży koperek)</p> <p>Buraczki 70g (buraki, olej rzepakowy, pieprz, sól)</p> <p>Kompot 150 ml (woda, mieszanka kompotowa: agrest, aronia, śliwka, rabarbar, wiśnia, truskawka, porzeczka czerwona; cukier)</p>	<p>Bułka maślana 60g</p>
-------------------------------------	---	---	--	---------------------------------

JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY

ŚRODA 11.01.2023.	<p>Kanapki z pasztetem, pomidorem, szczypiorkiem - 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>- pasztet 30g (mięso z indyka, wątroba z indyka. serca z indyka. tłuszcz z indyka. bułka tarta (mąka <u>pszenna</u>, drożdże, sól, woda) kasza manna (z <u>pszenicy</u>) przyprawy)</p> <p>- pomidor , szczypiorek 40g</p> <p>Herbata z cytryną – 200 ml (woda, mieszanka czarnych herbat celjońskich i indyjskich; cytryna)</p>	<p>Barszcz biały z jajkiem 250 ml (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, nać pietruszki i lubczyka) kurkuma; ziemniaki; jajko; śmietana 18% : <u>śmietanka</u>, żywe kultury bakterii kwasu mlekowego; Zakwas żytni: woda, mąka <u>żytnia 650</u>, czosnek, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziarnisty, sól; majeranek)</p>	<p>Pierogi z serem 180g (mąka <u>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 Lactobaccillus acidophilus i Bifidobacterium lactis;)</p> <p>Woda z cytryną 150 ml (woda niegazowana źródlana, sok z cytryny)</p>	<p>Jogurt z owocami 150g (<u>śmietanka</u>, cukier trzcinowy, brzoskwinia 12%, <u>mleko zagęszczone</u> odtłuszczone, <u>mleko</u>, żywe kultury bakterii jogurtowych)</p>
------------------------------------	---	---	--	---

JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY

CZWARTEK 12.01.2023.	<p>Kanapki z szynką, warzywa: - 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; chleb graham: mąka pszenna graham, <u>rozczyzn 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>kakao 200 ml (mleko 2%: <u>mleko</u> spożywcze pasteryzowane 2 %; kakao)</p>	<p>Kapuśniak 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; kapusta kiszona, ziemniaki, Koncentrat pomidorowy- pasteryzowany zawartość ekstraktu 30 %; Pietruszka zielona, majeranek, kminek, sól, pieprz)</p>	<p>Kurczak w ziołach 70g (Filet z piersi kurczaka,, sól, pieprz, czerwona papryka, czosnek, tymianek, majeranek, curry, papryka czerwona słodka)</p> <p>Ryż biały 100g</p> <p>Jarzynka gotowana 100g (kalafior, brokuł, marchewka)</p> <p>Kompot 150 ml (woda, mieszanka kompotowa: agrest, aronia, śliwka, rabarbar, wiśnia, truskawka, porzeczka czerwona; cukier)</p>	<p>gruszka 100g</p>
---------------------------------------	---	---	--	----------------------------

JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY

PIĄTEK 13.01.2023.	<p>Bułka kajzerka z twarogiem i dżemem</p> <p>- bułka kajzerka 1 szt (mąka <u>pszenna typ 550</u>, 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>-ser biały półtłusty, plastry 50g (ser biały półtłusty śmietankowy: <u>mleko pasteryzowane</u>, kultury mleczarskie)</p> <p>- dżem brzoskwiniowy 20g</p> <p>Kawa zbożowa 200 ml (mleko 2%: <u>mleko spożywcze pasteryzowane 2 %</u>; zboża 78% (<u>jęczmień, żyto</u>), cykoria)</p>	<p>Zupa pieczarkowa z makaronem 250ml</p> <p>(wywar jarski :woda, marchew, pieczarka, pietruszka korzeń, cebula, por, czosnek, olej rzepakowy/ masło klarowane, liść laurowy, pieprz czarny ziarnisty, ziele angielskie, lubczyk suszony, kozieradka, suszone warzywa bez dodatków, kurkuma; szpinak mrożony; ziemniaki, makaron świderki: mąka <u>pszenna typ 650</u>, mąka <u>żytnia typ720</u>,<u>rozczyń żytni typ 720</u>, sól, woda, drożdże; masło ekstra 82 %; <u>śmietanka pasteryzowana</u>; <u>mąka pszenna typ 550</u>, śmietana 18%:<u>śmietanka, żywe kultury bakterii; grzanki pszenne</u>, czosnek, gałka muskatołowa, sól <u>mleko pasteryzowane</u>, kultury mleczarskie, podpuszczka</p>	<p>Paluszki rybne 70g (<u>mintaj, bułka tarta, mąka pszenna typ 550, jajo</u>, przyprawy: sól, pieprz, koperek świeży, czosnek)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 130g (ziemniaki, koperek, sól)</p> <p>Marchewka z groszkiem 70g (marchewka, groszek mrożony, olej rzepakowy, pieprz)</p> <p>Kompot 150 ml (woda, mieszanka kompotowa: agrest, aronia, śliwka, rabarbar, wiśnia, truskawka, porzeczka czerwona; cukier)</p>	<p>Banan 100g</p>
-------------------------------------	--	--	---	--------------------------