

## JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY

DATA	ŚNIADANIE	ZUPA	II DANIE	PODWIECZOREK
<b>PONIEDZIAŁEK</b> <b>30.01.2023</b>	<p><b>Pieczyno, parówka i sałatką jarzynową</b>                      - chleb pszenno – żytni 60g (mąka <u>pszenna</u> typ 650, mąka <u>żytnia</u> typ 720, <u>rozczyn żytni</u> typ 720, sól, woda, drożdże; chleb graham: mąka pszenna graham, <u>rozczyn żytni</u> typ 720, sól, woda, drożdże)</p> <p style="text-align: center;">- parówka 40g</p> <p style="text-align: center;">- masło 7g(<u>śmietanka pasteryzowana</u>)</p> <p>- sałatka jarzynowa (marchew, pietruszka korzeń, seler, jajko, groszek zielony, ogórek kiszony, ziemniaki, majonez kielecki, jogurt naturalny, pieprz, sól) 50g</p> <p><b>Herbata</b> 200 ml (woda, mieszanka czarnych herbat celjońskich i indyjskich)</p>	<p><b>Kapuśniak z ziemniakami</b>                      250 ml                      (wywar jarski :woda, <u>kapusta biała</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; ziemniaki; brokuł, włoszczyzna : marchew, pietruszka, <u>seler</u>; <u>pietruszka nać</u>)</p>	<p><b>Spaghetti z sosem warzywno-mięsnym 220 g</b>                      (makaron spaghetti, mięso mielone wieprzowe, pomidor, marchew, groszek zielony, olej rzepakowy; pulpa pomidorowa, czosnek, cebula, przyprawy: bazylija, oregano, pieprz; drobno starty ser)</p> <p style="text-align: center;"><b>Różyczki kalafiora</b> 50g                      (kalafior z wody)</p> <p style="text-align: center;"><b>Kompot</b> 150 ml                      (woda, mieszanka kompotowa: agrest, aronia, śliwka, rabarbar, wiśnia, truskawka, porzeczką czerwoną; cukier)</p>	<p style="text-align: center;"><b>Jogurt jagodowy</b>                      100g</p>

## JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY

<b>WTOREK</b> <b>31.01.2023</b>	<p style="text-align: center;"><b>Kanapki z twarogiem i warzywami</b></p> <p>- chleb pszenno – żytni 60g  (mąka <u>pszenna</u> typ 650, mąka <u>żytnia</u> typ 720, <u>rozczyn żytni</u> typ 720, sól, woda, drożdże)  - twaróg 50g  (ser biały półtłusty: <u>mleko pasteryzowane</u>, kultury mleczarskie; jogurt naturalny: <u>mleko, białka mleka, żywe</u> kultury bakterii jogurtowych oraz Lactobacillus acidophilus i Bifidobacterium lactis)  - masło 10g  (<u>śmietanka pasteryzowana</u>)  - ogórek, pomidorki koktajlowy 40 g  <b>Kawa zbożowa</b> 200 ml  (mleko 2%: <u>mleko</u> spożywcze pasteryzowane 2 %; zboża 78% (<u>jęczmień, żyto</u>), cykoria)</p>	<p style="text-align: center;"><b>Zupa jarzynowa z ziemniakami</b></p> <p>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 lubczyk) kurkuma; warzywa 100% w różnych proporcjach: marchew, pietruszka, <u>seler</u>, por; fasola biała, ziemniaki, Koncentrat pomidorowy- pasteryzowany zawartość ekstraktu 30 %; pietruszka zielona, sól, pieprz)</p>	<p style="text-align: center;"><b>Makaron z z serem</b> 220g</p> <p>(ziemniaki, mąka pszenna typ 550; mąka ziemniaczana; ser biały półtłusty: <u>mleko, żywe</u> kultury bakterii kwasu mlekowego; jogurt naturalny: <u>mleko, białka mleka, żywe</u> kultury bakterii jogurtowych oraz Lactobacillus acidophilus i Bifidobacterium lactis śmietana : <u>śmietanka pasteryzowana</u>; masło 10g : <u>śmietanka pasteryzowana</u>)</p> <p style="text-align: center;"><b>Kalarepka w słupki</b> 70g</p> <p style="text-align: center;"><b>Kompot</b> 150 ml</p> <p>(woda, mieszanka kompotowa: agrest, aronia, śliwka, rabarbar, wiśnia, truskawka, porzeczka czerwona; cukier)</p>	<p style="text-align: center;"><b>Mandarynka</b></p> <p style="text-align: center;"><b>80 g</b></p>
------------------------------------	--	---	--	---

## JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY

<b>ŚRODA</b> <b>01.02.2023</b>	<p style="text-align: center;"><b>Kanapki z serem żółtym:</b></p> <p>- chleb graham, chleb pszenno żytni 60g  (mąka <u>pszenna</u> typ 650, mąka <u>żytnia</u> typ 720, <u>rozczyń</u>  <u>żytni</u> typ 720, sól, woda, drożdże; chleb graham: mąka  pszenna graham, <u>rozczyń żytni</u> typ 720, sól, woda,  drożdże)</p> <p style="text-align: center;">- masło 82 % - 5g  (<u>śmietanka pasteryzowana</u>)</p> <p style="text-align: center;">- ser żółty 25g  (Mleko <u>pasteryzowane</u>, sól spożywcza, stabilizator:  chlerek wapnia substancja konserwująca: lizozym (z jaj),  kultury bakterii mlekowych (mleko), <u>podpuszczka</u>  <u>mikrobiologiczna</u>, barwnik: annato)</p> <p style="text-align: center;">- ogórek świeży 30g  <b>Herbata z cytryną</b> 200 ml (woda, mieszanka czarnych  herbat celjlońskich i indyjskich; cytryna)</p>	<p><b>Rosół</b></p> <p>(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 lubczyk)  kurkuma; marchew, <u>makaron nitka</u>: mąka  <u>pszenna</u> typ 500, woda;; natka pietruszki,  sól, pieprz)  250 ml</p>	<p><b>Pałka z kurczaka 120g</b>  (podudzie z kurczaka, sól, pieprz, majeranek, czerwona  papryka mielona)</p> <p><b>Surówka z czerwonej kapusty 70g</b>  (kapusta czerwona, jabłko, cebula, sól, pieprz, olej  rzepakowy)</p> <p><b>Ziemniaki z koperkiem 130g</b>  (ziemniaki, sól, świeży koperek)</p> <p><b>Kompot 150ml</b>  (woda, mieszanka kompotowa: agrest, aronia, śliwka,  rabarbar, wiśnia, truskawka, porzeczka czerwona; cukier)</p>	<p><b>Butka maślana 60g</b></p>
-----------------------------------	--	---	--	---------------------------------

## JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY

<b>CZWARTEK</b> <b>02.02.2023</b>	<p style="text-align: center;"><b>Kanapki z szynką warzywa</b>          - chleb pszenno – żytni 60g          (mąka <u>pszenna</u> typ 650, mąka <u>żytnia</u> typ 720, <u>rozczyn żytni</u> typ 720, sól, woda, drożdże; chleb graham: mąka pszenno graham, <u>rozczyn żytni</u> typ 720, sól, woda, drożdże)</p> <p style="text-align: center;">- -szynka wieprzowa 25g</p> <p style="text-align: center;">- rzodkiewka, papryka 40g  <b>Kakao</b> 200 ml          (_mleko 2%: <u>mleko</u> spożywcze pasteryzowane 2 %; kakao bez cukru, cukier)</p>	<p style="text-align: center;"><b>Zupa ogórkowa z ryżem</b>          250 ml</p> <p>(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 lubczyk), kurkuma; ryż biały; 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)</p> <p style="text-align: center;">250 ml</p>	<p style="text-align: center;"><b>Gulasz z sosem warzywnym 130g</b>          (szynka, sól, marchew, pietruszka papryka, kalafior, brokół tymianek, koncentrat pomidorowy)  <b>Ziemniaki z koperkiem 130g</b>          (ziemniaki, koperek, sól)</p> <p style="text-align: center;"><b>Kompot 150 ml</b>          (woda, mieszanka kompotowa: agrest, aronia, śliwka, rabarbar, wiśnia, truskawka, porzeczka czerwona; cukier)</p>	<b>Obwarzanek 60g</b>
--------------------------------------	--	--	---	-----------------------

## JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY

<b>PIĄTEK</b> <b>03.02.2023</b>	<p><b>Bułka pszenna z jajkiem pomidorem, szczypiorkiem:</b>          - bułka pszenna 1 szt          (mąka <u>pszenna typ 550</u>, woda, zakwas <u>żytni typ 720</u>;          margaryna (wyselekcjonowane tłuszcze          i oleje roślinne, woda, sól, drożdże, cukier, sól)          - masło 82% - 10g  <u>(śmietanka pasteryzowana)</u>          - jajko 50g          - szczypiorek, pomidor – 40g</p> <p style="text-align: center;"><b>Kawa zbożowa 200 ml</b>          (mleko 2%: <u>mleko spożywcze pasteryzowane 2 %</u>; zboża          78% (<u>jęczmień, żyto</u>), cykorja)</p>	<p><b>Zupa brokułowa z ziemniakami</b>          250 ml          (wywar jarski :woda, <u>seler marchew</u>,          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; ziemniaki; brokuł,          włoszczyzna : marchew, pietruszka, <u>seler</u>;          śmietana 18%:<u>śmietanka</u>, żywe kultury          bakterii); jogurt naturalny: <u>mleko, białka</u>  <u>mleka</u>, żywe kultury bakterii jogurtowych          oraz Lactobacillusacidophilus          i Bifidobacteriumlactis; <u>mąka pszenna typ</u>  <u>550</u>, pietruszka nać)</p>	<p><b>Filet rybny, pieczony 60g</b>          (filet z mintaja, przyprawy: sól, pieprz, mąka <u>pszenna typ</u>          500, <u>jajka</u>, bułka tarta (<u>mąka pszenna typ 650</u>, drożdże,          woda, sól; olej rzepakowy )</p> <p><b>Ziemniaki z koperkiem 130g</b>          (ziemniaki, koperek, sól)</p> <p><b>Fasolka szparagowa 70g</b>  <b>Kompot 150 ml</b>          (woda, mieszanka kompotowa: agrest, aronia, śliwka,          rabarbar, wiśnia, truskawka, porzeczką czerwoną; cukier)</p>	<p><b>Ciasto z owocami</b>  <b>60g</b></p>
------------------------------------	---	--	--	--