

JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY

DATA	ŚNIADANIE	ZUPA	II DANIE	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK 27.02.2023	<p style="text-align: center;">Zupa mleczna 200 ml (mleko 2%: <u>mleko spożywcze pasteryzowane 2 %</u>; płatki kukurydziane)</p> <p style="text-align: center;">Kanapki z polędwicą drobiową , warzywa - chleb pszenno – żytni 60g (<u>mąka pszenna typ 650, mąka żytnia typ 720, rozczyn żytni typ 720, sól, woda, drożdże</u>)</p> <p style="text-align: center;">- polędwica drobiowa 20g - masło 10g (<u>śmietanka pasteryzowana</u>)</p> <p style="text-align: center;">- pomidor, sałata 40g</p> <p>Herbata 200 ml (woda, mieszanka czarnych herbat celjońskich i indyjskich)</p>	<p style="text-align: center;">Zupa jarzynowa z ziemniakami 250 ml</p> <p>(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>; śmietana 18%:<u>śmietanka</u>, żywe kultury bakterii); jogurt naturalny: <u>mleko, białka mleka</u>, żywe kultury bakterii jogurtowych oraz Lactobacillusacidophilus i Bifidobacteriumlactis; <u>mąka pszenna typ 550, pietruszka nać</u>)</p>	<p style="text-align: center;">Naleśniki z jabłkami 220g (mąka pszenna typ 550; jaja; woda gazowana; jabłka, banan, mleko 2%: <u>mleko spożywcze pasteryzowane 2 %</u>; jogurt naturalny: <u>mleko, białka mleka</u>, żywe kultury bakterii jogurtowych oraz Lactobacillusacidophilus i Bifidobacteriumlactis: <u>śmietanka pasteryzowana</u>; cynamon; olej rzepakowy)</p> <p style="text-align: center;">Woda z cytryną 150 ml</p>	<p>Jabłko 120g</p>

JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY

WTOREK 28.02.2023	<p>Kanapki z twarogiem i warzywami - 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</u>, <u>białka mleka</u>, żywe kultury bakterii jogurtowych oraz Lactobacillus acidophilus i Bifidobacterium lactis) - masło 10g (<u>śmietanka pasteryzowana</u>) - ogórek, pomidorki koktajlowy 40 g Kawa zbożowa 200 ml (mleko 2%: <u>mleko</u> spożywcze pasteryzowane 2 %; zboża 78% (<u>jęczmień</u>, <u>żyto</u>), cykorja)</p>	<p>Zupa z fasoli 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>Gulasz warzywny 130g (szynka wieprzowa, czerwona papryka, kalafior, brokuł, olej rzepakowy, <u>pulpa pomidorowa</u>; sól, pieprz, czosnek, tymianek) Ogórek kiszony 70g Ryż biały 100g Kompot 150 ml (woda, jabłko, cukier)</p>	Banan 100g
ŚRODA 01.03.2023	<p>Kanapki z serem żółtym: - chleb graham, 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) - masło 82 % - 5g (<u>śmietanka pasteryzowana</u>) - ser żółty 25g (Mleko pasteryzowane, sól spożywcza, stabilizator: chlerek wapnia substancja konserwująca: lizozym (z jaj), kultury bakterii mlekowych (mleko), <u>podpuszczka mikrobiologiczna</u>, barwnik: annato) - ogórek świeży 30g Herbata z cytryną 200 ml (woda, mieszanka czarnych herbat celjońskich i indyjskich; cytryna)</p>	<p>Zupa kalafiorowa 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; kapusta biała; ziemniaki; kalafior, włoszczyzna : marchew, pietruszka, <u>seler</u>; 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; <u>mąka pszenno</u> typ 550, pietruszka nać)</p>	<p>Łazanki 220 g (makaron pszenny, łazanki: mąka <u>pszenna</u> makaronowa typ 500, woda, kurkuma; mięso mielone wieprzowe, kapusta kiszona: kapusta biała, woda, sól, pieprz; marchew, olej rzepakowy; pulpa pomidorowa, czosnek, cebula, przyprawy: bazylija, oregano, pieprz; kmin, majeranek, pieprz ziołowy) Różyczki brokuła 50g (kalafior z wody) Kompot 150 ml (woda, mieszanka kompotowa: agrest, aronia, śliwka, rabarbar, wiśnia, truskawka, porzeczka czerwona; cukier)</p>	Galaretka owocowa 150ml

JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY

CZWARTEK 02.03.2023	<p>Kanapki z szynką warzywa - chleb pszenno – żytni 60g (mąka <u>pszenna</u> typ 650, mąka <u>żytnia</u> typ 720, <u>rozczyń żytni</u> typ 720, sól, woda, drożdże; chleb graham: mąka pszenno graham, <u>rozczyń żytni</u> typ 720, sól, woda, drożdże)</p> <p>- szynka wieprzowa 25g</p> <p>- rzodkiewka, papryka 40g Kakao 200 ml (mleko 2%: <u>mleko spożywcze</u> pasteryzowane 2 %; kakao bez cukru, cukier)</p>	<p style="text-align: center;">Rosół</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>Pałka z kurczaka 120g (podudzie z kurczaka, sól, pieprz, majeranek, czerwona papryka mielona) Surówka z marchewki 70g (marchewka, jabłko, rodzynki, <u>jogurt naturalny</u>: mleko, <u>białka mleka</u>, żywe kultury bakterii jogurtowych oraz Lactobacillus acidophilus i Bifidobacterium lactis; olej rzepakowy, pieprz) Ziemniaki puree 130g (ziemniaki, koperek, sól) Kompot 150ml (woda, mieszanka kompotowa: agrest, aronia, śliwka, rabarbar, wiśnia, truskawka, porzeczka czerwona; cukier)</p>	Obwarzanek 60g
PIĄTEK 03.03.2023	<p>Bułka pszenna z jajkiem pomidorem, szczypiorkiem: - bułka pszenna 1 szt (mąka <u>pszenna</u> typ 550, woda, zakwas <u>żytni</u> typ 720; margaryna (wyselekcjonowane tłuszcze i oleje roślinne, woda, sól, drożdże, cukier, sól) - masło 82% - 10g <u>(śmietanka pasteryzowana)</u> - jajko 50g - szczypiorek, pomidor – 40g Kawa zbożowa 200 ml (mleko 2%: <u>mleko spożywcze</u> pasteryzowane 2 %; zboża 78% (<u>jęczmień, żyto</u>), cykoria)</p>	<p style="text-align: center;">Zupa ogórkowa z ryżem 250 ml</p> <p>(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; kapusta biała; 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) 250 ml</p>	<p>Filet rybny, pieczony 60g (filet z mintaja, przyprawy: sól, pieprz, mąka <u>pszenna</u> typ 500, <u>jajka</u>, bułka tarta (<u>mąka pszenna</u> typ 650, drożdże, woda, sól; olej rzepakowy) Ziemniaki z koperkiem 130g (ziemniaki, koperek, sól) Surówka z kiszonej kapusty 70g (kapusta kiszona, jabłko, cebula, sól, pieprz, olej rzepakowy) Kompot 150 ml (woda, mieszanka kompotowa: agrest, aronia, śliwka, rabarbar, wiśnia, truskawka, porzeczka czerwona; cukier)</p>	Bułka z dżemem 60g