

DATA	ŚNIADANIE	ZUPA	II DANIE	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK 20.03.2023	<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)</p> <p>- Parówka 1 szt</p> <p>- masło 82 % - 10g (<u>śmietanka pasteryzowana</u>)</p> <p>- pomidor, rzodkiewka 40g</p> <p>Herbata owocowa 200 ml (woda, mieszanka czarnych herbat celjońskich i indyjskich; herbata malinowa: owoc maliny (60%0, kwiat hibiskusa, owoc dzikiej róży, naturalny aromat)</p>	JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY 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; włoszczyzna: warzywa 100% w różnych proporcjach: marchew, pietruszka, <u>seler</u> , por; Koncentrat pomidorowy: pasteryzowany zawartość ekstraktu 30 %; przecier pomidorowy: pomidory – 99.5 %, sól; ; makaron pszenny, świderki: mąka <u>pszenna</u> makaronowa śmietana 18% : <u>śmietanka</u> , żywe kultury bakterii kwasu mlekowego; pietruszka zielona, przyprawy: pieprz ziarnisty, ziele angielskie, liść laurowy, sól) 250 ml	<p>Pałka z kurczaka, pieczone 100g (udko z kurczaka, przyprawy: sól, pieprz, majeranek, czerwona papryka mielona, woda, olej rzepakowy)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 100g (ziemniaki, koperek, sól)</p> <p>Ogórek kiszony w plasterkach – 50g (ogórki kiszone: ogórki, woda, sól)</p> <p>Kompot 150 ml (woda, mieszanka kompotowa: agrest, aronia, śliwka, rabarbar, wiśnia, truskawka, porzeczka czerwona; cukier)</p>	<p>Jogurt z owocami leśnymi 150g (<u>śmietanka</u>, cukier trzcinowy, truskawki 12%, <u>mleko zagęszczone</u> odtłuszczone, <u>mleko</u>, żywe kultury bakterii jogurtowych)</p>

JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY

WTOREK 21.03.2023	<p>Kanapki pastą z ciecioriki, ogórkiem kiszonym:</p> <p>- 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; chleb graham: mąka pszenno graham, <u>rozczyzn żytni typ 720</u>, sól, woda, drożdże)</p> <p>- masło 82% - 7g (<u>śmietanka pasteryzowana</u>)</p> <p>- pasta z ciecioriki 25g (cieciorika gotowana, pomidory suszone: oliwa, pomidory, czosnek, pieprz, sól; majeranek, sól, pieprz, oliwa z oliwek, sok z cytryny)</p> <p>- ser żółty 12g (<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>-ogórek świeży, papryka 40g)</p> <p>Kawa zbożowa 200 ml (mleko 2%: <u>mleko spożywcze pasteryzowane 2 %</u>; zboża 78% (<u>jęczmień, żyto</u>), cykoria)</p>	<p style="text-align: center;">Zupa jarzynowa z ziemniakami ,zabielana</p> <p>(wywar mięsny: woda, szyjka z indyka, skrzydełko z kurczaka/ ćwiartka z kurczaka, 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; ziemniaki, fasolka szparagowa, kalafior, groszek zielony; włoszczyzna: warzywa 100% w różnych proporcjach: marchew, pietruszka, <u>seler</u>, por; jogurt naturalny: <u>mleko</u>, <u>białka mleka</u>, żywe kultury bakterii jogurtowych oraz Lactobaccillus acidophilus i Bifidobacterium lactis)</p>	<p>Pulpety z sosem pomidorowym 130g (udziec z indyka b/kości, łopatka wieprzowa, pulpa pomidorowa, , sól; czosnek, cebula, 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 ; olej rzepakowy, <u>mąka pszenno typ 550</u>, pieprz, sól)</p> <p style="text-align: center;">Kasza jęczmienna 100g</p> <p style="text-align: center;">Surówka z czerwonej kapusty 70g (czerwona kapusta, cebula, jabłko, olej rzepakowy, sok z cytryny, pieprz, sól)</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;">Mus owocowy 100g</p>
------------------------------------	---	--	--	--

JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY

<p>ŚRODA 22.03.2023</p>	<p>Płatki owsiane z mlekiem 200 ml (mleko 2%: <u>mleko spożywcze</u> pasteryzowane 2 %; płatki owsiane)</p> <p>Kanapki z wędliną, sałatą i pomidorem - chleb pszenno- żytni 60g (mąka <u>pszenna</u> typ 650, mąka <u>żytnia</u> typ 720, <u>rozczyzn żytni</u> typ 720, sól, woda, drożdże)</p> <p>- Polędwica drobiowa 20g (filet z piersi kurczaka 74%, woda, skrobia ziemniaczana, substancja konserwująca E 250, <u>izobut 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>- pomidor, sałata 40g</p> <p>Herbata z cytryną – 200 ml (woda, mieszanka czarnych herbat celjońskich i indyjskich; cytryna)</p>	<p>Barszcz ukraiński z fasolką szparagową 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; buraki, ziemniaki; 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)</p>	<p>Ryż z jabłkami 220g (ryż biały, jabłka, banan, śmietana 18% : <u>śmietanka</u>, żywe kultury bakterii kwasu mlekowego, cynamon)</p> <p>Woda z cytryną (woda niegazowana źródłana, sok z cytryny)</p>	<p>Pałki kukurydziane 20g (kasza kukurydziana)</p>
---	--	--	---	---

JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY

CZWARTEK 23.03.2023	<p>Kanapki z pastą rybną, ogórkiem kiszonym:</p> <p>- 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 pszenna graham, <u>rozczyń żytni</u> typ 720, sól, woda, drożdże)</p> <p>- masło 82% - 7g (<u>śmietanka pasteryzowana</u>)</p> <p>-Pasta rybna 25g (<u>ryba makrela</u>, jajko, koncentrat pomidorowy, pieprz, koperek)</p> <p>-Ogórek kiszony – 40g (ogórki, woda, sól)</p> <p>Herbata owocowa 200 ml (woda, mieszanka czarnych herbat celjońskich i indyjskich; herbata malinowa:owoc maliny (60%0, kwiat hibiskusa, owoc dzikiej róży, naturalny aromat)</p>	<p>Zupa ogórkowa 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; 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 melkowego; ryż biały; przyprawy: ziele angielskie, pieprz, liść laurowy, lubczyk, pietruszka zielona)</p> <p style="text-align: center;">250 ml</p>	<p>Łazanki 250g</p> <p>(makaron łazanki makaron pszenny: <u>mąka pszenna durum</u>, woda, kurkuma, łopatką wieprzowa, kapusta kiszona, cebula, czosnek, cebula, sól, pieprz</p> <p>Kompot 150 ml (woda, mieszanka kompotowa: agrest, aronia, śliwka, rabarbar, wiśnia, truskawka, porzeczka czerwona; cukier)</p>	<p>Banan 120g</p>
--------------------------------------	--	---	--	---------------------------------------

JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY

PIĄTEK 24.03.2023	<p>Bułka kajzerka z twarogiem i pomidorem - 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>-twarożek 40g (ser biały półtłusty śmietankowy: <u>mleko pasteryzowane</u>, kultury mleczarskie; jogurt naturalny: <u>mleko, białka mleka</u>, żywe kultury bakterii jogurtowych oraz Lactobaccillusacidophilus i Bifidobacteriumlactis)</p> <p>- pomidor, sałata 40g</p> <p>Kawa zbożowa 200 ml (mleko 2%: <u>mleko spożywcze pasteryzowane 2 %</u>; zboża 78% (<u>jęczmień, żyto</u>), cykoria)</p>	<p>Zupa Szpinakowa z ryżem 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; szpinak mrożony; ziemniaki, ryż biały; masło ekstra 82 %: <u>śmietanka pasteryzowana</u>; <u>mąka pszenna typ 550</u>, śmietana 18%:<u>śmietanka</u>, żywe kultury bakterii, ryż naturalny, czosnek, gałka muskatołowa, sól <u>mleko pasteryzowane</u>, kultury mleczarskie, podpuszczka</p>	<p>Filet rybny 70g (filet z mintaja, przyprawy: sól, pieprz, mąka <u>pszenna typ 500</u>, jajka, bułka tarta (<u>mąka pszenna typ 650</u>, drożdże, woda, sól; olej rzepakowy)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 130g</p> <p>Surówka z kiszanej kapusty 70g (kapusta kiszona, jabłko, cebula, sól, pieprz, olej rzepakowy)</p> <p>Kompot 150 ml (woda, mieszanka kompotowa: agrest, aronia, śliwka, rabarbar, wiśnia, truskawka, porzeczka czerwona; cukier)</p>	<p>Precelek z makiem</p>
------------------------------------	---	---	---	---------------------------------