

JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY

DATA	ŚNIADANIE	ZUPA	II DANIE	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK 27.03.2023	<p>Płatki owsiane z mlekiem 200 ml (mleko 2%: <u>mleko spożywcze</u> pasteryzowane 2 %; płatki owsiane)</p> <p>Kanapki z wędliną, rzodkiewką i sałatą</p> <ul style="list-style-type: none"> - chleb pszenno- żytni 60g (mąka <u>pszenna typ 650</u>, mąka <u>żytnia typ 720</u>, <u>rozczyń żytni typ 720</u>, sól, woda, drożdże) - szynka wieprzowa 25g - masło 82 % - 10g (<u>śmietanka pasteryzowana</u>) - sałata, rzodkiewka 40g <p>Herbata z cytryną – 200 ml (woda, mieszanka czarnych herbat celjońskich i indyjskich; cytryna)</p>	<p style="text-align: center;">Rosół</p> <p>(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 lubczyk) kurkuma; marchew, makaron pszenny, nitka: <u>mąka pszenna</u>, woda, kurkuma; natka pietruszki, sól, pieprz)</p> <p style="text-align: center;">250 ml</p>	<p style="text-align: center;">Risotto</p> <p style="text-align: center;">220g</p> <p>(pierś z kurczaka, udko z kurczaka; warzywa: marchew, groszek zielony mrożony, papryka czerwona, kukurydza konserwowa, fasolka szparagowa, przecier pomidorowy: pomidory – 99.5 %, sól; pieprz, czosnek, cebula, ziele angielskie, liść laurowy, papryka czerwona, mielona słodka, oregano, bazylija; sól ; olej rzepakowy, <u>mąka pszenna typ 550</u>, pieprz, sól, ryż)</p> <p style="text-align: center;">Kompot 150 ml</p> <p>(woda, mieszanka kompotowa: agrest, aronia, śliwka, rabarbar, wiśnia, truskawka, porzeczka czerwona; cukier)</p>	<p style="text-align: center;">Ciasto z owocami</p> <p style="text-align: center;">60g</p>

JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY

WTOREK 28.03.2023	<p>Bułka grahamka z żółtym serem z kolorową papryką, ogórkiem świeżym</p> <p>- bułka grahamka 1 szt (mąka <u>pszenna graham</u>, <u>rozczyn żytni typ 720</u>, sól, woda, drożdże)</p> <p>- serek kremowy, śmietankowy 20g</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>- masło 82 % - 10 g (<u>śmietanka pasteryzowana</u>)</p> <p>- ogórek świeży, papryka kolorowa – 40g</p> <p>kakao 200 ml (<u>mleko 2%: mleko spożywcze pasteryzowane 2 %; kakao</u>)</p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami , niezabielana</p> <p>(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; włoszczyzna: warzywa 100% w różnych proporcjach: marchew, pietruszka, <u>seler</u>, por; ziemniaki, fasolka szparagowa, kalafior)</p> <p style="text-align: center;">250 ml</p>	<p>Pulpety z sosem pomidorowym 130g (udziec z indyka b/kości, topatka wieprzowa; marchewka; pulpa pomidorowa; przecier pomidorowy: pomidory – 99.5 %, sól; czosnek, cebula, ziele angielskie, liść laurowy, 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, <u>mąka pszenna typ 550</u>, pieprz, sól)</p> <p style="text-align: center;">Kasza gryczana 80g (kasza jęczmienna, sól)</p> <p style="text-align: center;">Ogórek kiszony w plasterkach – 50g (ogórki kiszone: ogórki, woda, sól)</p> <p style="text-align: center;">Kompot 150 ml (woda, mieszanka kompotowa: agrest, aronia, śliwka, rabarbar, wiśnia, truskawka, porzeczka czerwona; cukier)</p>	<p>Pomarańcza 120g</p>
------------------------------------	---	--	--	-----------------------------------

JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY

<p>ŚRODA 29.03.2023</p>	<p>Kanapki z pasztetem, ogórkiem i rzodkiewką - chleb pszenno- żytni , ze słonecznikiem 60g (mąka <u>pszenna</u> typ 650, mąka <u>żytnia</u> typ720,<u>rozczyn żytni typ 720</u>, sól, woda, nasiona słonecznika, drożdże)</p> <p>- masło 82 % - 10g <u>śmietanka pasteryzowana</u></p> <p>Kanapki z pasztetem, pomidorem, szczypiorkiem - chleb pszenno – żytni 60g (mąka <u>pszenna</u> typ 650, mąka <u>żytnia</u> typ720,<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 (<u>mąka pszenna</u>, drożdże, sól, woda) kasza manna (<u>z 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, <u>mąka żytnia 650</u>, czosnek, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziarnisty, sól; majeranek)</p>	<p>Pierogi z truskawką220g (mąka pszenna typ 550, ziemniaki, truskawka ,olej rzepakowy)</p> <p>Woda z cytryną 150 ml (woda niegazowana źródłana, sok z cytryny)</p> <p>Marchewka w súpki 70g</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

<p>CZWARTEK 30.03.2023</p>	<p>Kanapki pasta rybną, ogórkiem kiszonym:</p> <p>- 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 pszenna graham, <u>rozczyń żytni typ 720</u>, sól, woda, drożdże)</p> <p>- masło 82% - 7g (<u>śmietanka pasteryzowana</u>)</p> <p>- pomidorowa pasta rybno-serowa 50g (ryba makrela, ser biały półtłusty: <u>mleko pasteryzowane</u>, kultury mleczarskie, koncentrat pomidorowy, koperek świeży, pieprz, sól, papryka czerwona)</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 pomidorowa z ryżem (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 Koncentrat pomidorowy: pasteryzowany zawartość ekstraktu 30 %; Przecier pomidorowy: pomidory – 99.5 %, sól; ; ryż biały; pietruszka zielona, przyprawy: pieprz ziarnisty, ziele angielskie, liść laurowy, sól) 250 ml</p>	<p>Indyk pieczony 70g (udziec z indyka, sól, pieprz, tymianek, majeranek, papryka słodka mielona, czosnek, olej rzepakowy)</p> <p>Marchewka z groszkiem 70g (marchew, groszek zielony, mrożony, czosnek, cebula, sól, pieprz, masło 82 % : śmietanka pasteryzowana)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 130g (ziemniaki, koperek, 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

PIĄTEK 31.03.2023	<p>Bułka kajzerka z twarożkiem i dżemem</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 40g (ser biały półtłusty <u>śmietankowy</u>: <u>mleko pasteryzowane</u>, kultury mleczarskie; jogurt naturalny: <u>mleko</u>, <u>białka mleka</u> ,żywe kultury bakterii jogurtowych oraz Lactobacillusacidophilus i Bifidobacteriumlactis)</p> <p>- dżem brzoskwiniowy 10g</p> <p>- jabłko w kawałkach 50g</p> <p>Kawa zbożowa 200 ml (mleko 2%: <u>mleko</u> spożywcze pasteryzowane 2 %; zboża 78% (<u>jęczmień</u>, <u>żyto</u>), cykoria)</p>	<p>Zupa marchewkowa z kaszą pęczak 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; <u>kasza pęczak</u>; 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 Lactobacillusacidophilus i Bifidobacteriumlactis; <u>mąka pszenna typ 550</u>, pietruszka nać)</p>	<p>Ryba pieczona 70g (mintaj, przyprawy: sól, pieprz, koperek świeży, czosnek)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 130g (ziemniaki, koperek, sól)</p> <p>Surówka z kiszonej kapusty 70g (kapusta kiszona, marchew, jabłko, cebula, olej rzepakowy, pieprz)</p> <p>Kompot 150 ml (woda, mieszanka kompotowa: agrest, aronia, śliwka, rabarbar, wiśnia, truskawka, porzeczka czerwona; cukier)</p>	<p>Biszkopty 20g</p>
------------------------------------	--	--	---	-----------------------------