

## JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY

DATA	ŚNIADANIE	ZUPA	II DANIE	PODWIECZOREK
<b>PONIEDZIAŁEK 02.10.2023</b>	<p><b>Płatki jaglane z mlekiem 200 ml</b> (mleko 2%: <u>mleko spożywcze pasteryzowane 2 %</u>; płatki jaglane)</p> <p><b>Kanapki z wędliną, rzodkiewką i sałatą</b> - 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, ogórek świeży 40g</p> <p><b>Herbata z cytryną</b> – 200 ml (woda, mieszankaczarnychherbatceljońskichiiindyjskich; cytryna)</p>	<p><b>Zalewajka z jajkiem</b> (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; 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) 250 ml</p>	<p><b>Pierogi z serem 250g</b> (mąka pszenna typ 550, jajko, woda, sól; jagody; cukier; jogurt naturalny: <u>mleko pasteryzowane</u>, kultury mleczarskie; śmietana 18 % : <u>śmietanka</u>, żywe kultury bakterii kwasu mlekowego: cebula, sól, pieprz, olej rzepakowy)</p> <p><b>Woda z cytryną 150 ml</b> (woda niegazowana źródłana, sok z cytryny)</p>	<p>Jogurt Actimel owocowy 100g</p>
<b>WTOREK 03.10.2023</b>	<p><b>Bułka grahamka z żółtym serem z kolorową papryką, ogórkiem świeżym</b> - bułka grahamka 50g (mąka <u>pszenna graham</u>, <u>rozczyń żytni typ 720</u>, sól, woda, drożdże) - ser żółty – 25g (<u>Mleko pasteryzowane</u>, sól spożywcza, stabilizator: chlorek wapnia substancja konserwująca: lizozym (z jaj), kultury bakterii mlekowych (mleko), <u>podpuszczka mikrobiologiczna</u>, barwnik: annato) - masło 82 % - 10 g (<u>śmietanka pasteryzowana</u>) - ogórek świeży, papryka kolorowa – 40g <b>kakao</b> 200 ml (mleko 2%: <u>mleko spożywcze pasteryzowane 2 %</u>; kakao)</p>	<p><b>Zupa z soczewicy</b> (wywar mięsny: woda, szyjka z kartka 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, lubczyk, kurkuma; kasza jagłana, ziemniaki, marchewka, <u>seler</u>, pietruszka, nać pietruszki sól, pieprz) 250 ml</p>	<p><b>Leczo 150g</b> (filet z kurczaka, cukinia, papryka, fasolka szparagowa, pomidory, pulpa pomidorowa, cebula, marchewka, seler; czosnek; olej rzepakowy, mąka <u>pszenna typ 550</u>, przyprawy: curry, majeranek, papryka czerwona, sól, pieprz) <b>Ryż 100g</b> (ryż biały, sól) <b>Ogórki małosolne 50g</b> <b>Kompot 150 ml</b> (woda, mieszanka kompotowa: agrest, aronia, śliwka, rabarbar, wiśnia, truskawka, porzeczka czerwona; cukier)</p>	<p><b>musli z jogurtem</b> (mleko 2%; <u>mleko spożywcze pasteryzowane 2 %</u>; jako, masło 82 %: <u>śmietanka pasteryzowana</u>, skrobia ziemniaczana, cukier; jabłko, malina, banan, gruszka, jagody, brzoskwinia, miód) 200g</p>

## JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY

<b>ŚRODA</b> 04.10.2023	<p><b>Kanapki z pasztetem, pomidorem, szczypiorkiem</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; chleb graham: mąka pszenno graham, <u>rozczyn żytni</u> typ 720, 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>- masło 82 % - 5g <u>śmietanka pasteryzowana</u></p> <p>- pomidor , szczypiorek 40g</p> <p><b>Herbata z cytryną</b>– 200 ml(woda, mieszkaczarnychherbatceljońskichiiindyjskich;cytryna)</p>	<p><b>Kapuśniak z młodej kapusty</b></p> <p>(wywar mięsny: woda, szyjka z indyka, skrzydełko 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); łąpatka wieprzowa; włośzczyzna: warzywa 100% w różnych proporcjach: marchew, pietruszka, <u>seler</u>, por; ziemniaki; kapusta młoda,cebulą; Koncentrat pomidorowy- pasteryzowany zawartość ekstraktu 30%;</p> <p>pietruszką zieloną, sól, papryka czerwona wędzona, pieprz, kminek, majeranek)</p> <p style="text-align: center;"><b>250 ml</b></p>	<p><b>Łazanki 250 g</b> (makaron pszenno,świderki: mąka <u>pszenna</u> makaronowa typ 500, woda, kurkuma; mięso mielone wieprzowe; marchew, olej rzepakowy; pulpa pomidorowa, czosnek, cebula, przyprawy: bazylią, oregano, pieprz; kmin, majeranek, pieprz ziołowy)</p> <p style="text-align: center;"><b>Woda z cytryną 150 ml</b> (woda niegazowana źródłana, sok z cytryny)</p>	<b>Mus owocowy 100g</b>
<b>CZWARTEK</b> 05.10.2023	<p><b>Bułka z pastą jajeczną, pomidor</b></p> <p>- bułka pszenno 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>- masło 82% - 7g(<u>śmietanka pasteryzowana</u>)</p> <p>- pasta jajeczna 50g (jaja, jogurt naturalny: <u>mleko</u>, <u>białka mleka</u>, żywe kultury bakterii jogurtowych oraz Lactobacillusacidophilusi Bifidobacteriumlactis; czosnek, koperek, świeży, szczypiorek, sól, pieprz)</p> <p>-pomidor, rzodkiewka– 40g (ogórki kiszona: ogórki, woda, sól)</p> <p><b>Herbata owocowa</b>200 ml(woda, mieszkaczarnychherbatceljońskichiiindyjskich; herbatamalinowa:owoc maliny (60%0, kwiat hibiskusa, owoc dzikiej róży, naturalny aromat)</p>	<p><b>Zupa grysikowa</b> 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; kasz jagłana; włośzczyzna : 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 Lactobacillusacidophilusi Bifidobacteriumlactis; mąka <u>pszenna</u> typ 550, pietruszka nać)</p>	<p><b>Udziec z indyka 70g</b> (schab, sól, pieprz, czerwona papryka, czosnek, tymianek, olej rzepakowy)</p> <p><b>ziemniak 130g</b></p> <p><b>Buraczki gotowane 70g</b> ( buraki,masło 82%: <u>śmietanka pasteryzowana</u>)</p> <p><b>Woda z cytryną 150 ml</b>(woda niegazowana źródłana, sok z cytryny)</p>	<b>Banan 100g</b>

## JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY

<b>PIĄTEK</b> <b>06.10.2023</b>	<p style="text-align: center;"><b>Bułka kajzerka z twarożkami dżemem</b></p> <p>- bułka kajzerka 50g (mąka <u>pszenna</u> typ 550, woda, margaryna (wyselekcjonowane tłuszcze i oleje roślinne, woda, sól, 0.3% emulgatory (lecycyny, mono- i dwuglicerydy kwasów tłuszczowych), aromaty, barwnik naturalny: annato, drożdże, cukier, sól)</p> <p>- masło 10g (<u>śmietanka pasteryzowana</u>)</p> <p>- twarożek 60g (ser biały półtłusty śmietankowy: <u>mleko pasteryzowane</u>, kultury mleczarskie; jogurt naturalny: <u>mleko, białka mleka</u> „żywe kultury bakterii jogurtowych oraz Lactobacillus acidophilus i Bifidobacterium lactis)</p> <p style="text-align: center;">- dżem porzeczkowy/ powidła 10g</p> <p><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 pomidorowa z ryżem</b></p> <p>(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%, Przecier pomidorowy: pomidory – 99.5 %, sól; ryż biały; pietruszkazielona, przyprawy: pieprzziarnisty, ziele angielskie, liść laurowy, sól)</p> <p style="text-align: center;">250 ml</p>	<p style="text-align: center;"><b>Filet rybny 70g</b></p> <p>(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)</p> <p style="text-align: center;"><b>Ziemniaki z koperkiem 130g</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Surówka z białej kapusty 70g</b></p> <p>(kapusta biała młoda, marchew, jabłko, cebula, sól, pieprz, olej rzepakowy)</p> <p><b>Kompot 150 ml</b> (woda, mieszanka kompotowa: agrest, aronia, śliwka, rabarbar, wiśnia, truskawka, porzeczka czerwona; cukier)</p>	<p><b>Pączek 80g</b></p>
------------------------------------	--	--	---	--------------------------