

## JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY

DATA	ŚNIADANIE	ZUPA	II DANIE	PODWIECZOREK
<b>PONIEDZIAŁEK</b> 10.10.2023	<p><b>Kanapki z polędwicą drobiową i ogórkiem, sałata</b> - chleb pszenno – żytni 60g (<u>mąka pszenna typ 650</u>, <u>mąka żytnia typ 720</u>, <u>rozczyzn żytni typ 720</u>, sól, woda, drożdże) - polędwica drobiowa 20g - masło 10g (<u>śmietanka pasteryzowana</u>) - ogórek świeży, sałata 40g</p> <p style="text-align: center;"><b>Herbata</b> 200 ml (woda, mieszanka czarnych herbat celjońskich i indyjskich)</p>	<p><b>Zupa z grochowa</b> (wywar mięsny: woda, szjyka 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); włośczyzna: warzywa 100% w różnych proporcjach: marchew, pietruszka, <u>seler</u>, por; ziemniaki; groch; Koncentrat pomidorowy- pasteryzowany zawartość ekstraktu 30 %; pietruszka zielona, sól, papryka czerwona wędzona, pieprz, kminek, majeranek</p>	<p><b>Makaron z truskawkami 220g</b> (makaron kokardki: <u>mąka pszenna typ 550</u>, <u>jaja</u>, truskawki )</p> <p style="text-align: center;"><b>Woda z cytryną</b> 150 ml (woda niegazowana źródłowa, sok z cytryny)</p>	<p><b>Jogurt z brzoskwiniami</b> 150g (<u>śmietanka</u>, cukier trzciny, brzoskwinia 12%, <u>mleko zagęszczone odtłuszczone</u>, <u>mleko</u>, żywe kultury bakterii jogurtowych)</p>
<b>WTOREK</b> 10.10.2023	<p><b>Kanapki z twarogiem, miodem, warzywa</b> - chleb pszenno – żytni 60g (<u>mąka pszenna typ 650</u>, <u>mąka żytnia typ 720</u>, <u>rozczyzn żytni typ 720</u>, sól, woda, drożdże) - twaróg 40g (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>) - rzodkiewka 40g - miód 10g</p> <p style="text-align: center;"><b>Kawa zbożowa</b> 200 ml (mleko 2%: <u>mleko spożywcze pasteryzowane</u> 2 %; zboża 78% (<u>jęczmień</u>, <u>żyto</u>), cykorja)</p>	<p><b>Zupa grysikowa</b> (wywar mięsny: woda, szjyka 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>kasza manna</u>; natka pietruszki, sól, pieprz) 250 ml</p>	<p><b>Pierś z kurczaka 70g</b> (filet z kurczaka, sól, pieprz, czerwona papryka, czosnek, tymianek, zioła prowansalskie, olej rzepakowy)</p> <p style="text-align: center;"><b>Ziemniaki z koperkiem</b> 130g (ziemniaki, koperek, sól)</p> <p style="text-align: center;"><b>Jarzynka</b> – (kalafior, brokuł, marchewka)</p> <p style="text-align: center;"><b>Kompot</b> 150 ml (woda, mieszanka kompotowa: agrest, aronia, śliwka, rabarbar, wiśnia, truskawka, porzeczka czerwona; cukier)</p>	<p><b>Babka z metra 60g</b></p>

## JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY

<b>ŚRODA</b> <b>11.10.2023</b>	<p><b>Kanapki z serem żółtym:</b>                      - chleb graham, chleb pszenno żytni 60g                      (mąka pszenna typ 650, mąka żytnia typ 720, rozczyn żytni typ 720, sól, woda, drożdże; chleb graham: mąka pszenna graham, rozczyn żytni typ 720, sól, woda, drożdże)                      - masło 82 % - 5g (śmietanka pasteryzowana)                      - ser żółty 25g                      (Mleko pasteryzowane, sól spożywcza, stabilizator: chlerek wapnia substancja konserwująca: lizozym (z jaj), kultury bakterii mlekowych (mleko), podpuszczka mikrobiologiczna, barwnik: annato)                      - ogórek świeży 40g  <b>Herbata z cytryną</b> 200 ml (woda, mieszanka czarnych herbat celjońskich i indyjskich; cytryna)</p>	<p><b>Zupa pieczarkowa z makaronem</b>                      ((Bulion jarski: woda, marchew, seler, 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, seler, por, cebula, nać pietruszki i lubczyk), kurkuma; dynia piżmowa, ziemniaki, marchew, cebula, śmietana 18% : śmietanka, żywe kultury bakterii kwasu mlekowego; włośzczyzna: warzywa suszone 100% w różnych proporcjach: marchew, pietruszka, seler, por;; lubczyk)                      250 ml</p>	<p><b>Kotlety mielone</b> 80g                      (udziec z indyka b/kości, łopatka/szynka wieprzowa, jajko, bułka tarta i bułka pszenna: mąka pszenna typ 650, mąka żytnia typ 720, rozczyn żytni typ 720; sól, woda, drożdże ; czosnek, cebula, majeranek, oregano, bazylia, papryka mielona słodka, pieprz czarny, sól ; olej rzepakowy)  <b>Ziemniaki 130g</b>  <b>Marchewka z groszkiem 70g</b>                      (marchewka, groszek mrożony, masło: śmietanka pasteryzowana)  <b>Woda z cytryną</b>                      (woda niegazowana źródłana, sok z cytryny)</p>	<p><b>Wafle ryżowe 20g</b>   <b>Salatka owocowa / owoce miks 100g</b></p>
<b>CZWARTEK</b> <b>12.10.2023</b>	<p>- chleb pszenno- żytni , ze słonecznikiem 60g                      (mąka pszenna typ 650, mąka żytnia typ 720, rozczyn żytni typ 720, sól, woda, nasiona słonecznika, drożdże)                       - masło 82 % - 10g śmietanka pasteryzowana                       -- Parówka ( 94 % mięsa) 1 szt                      - ketchup 10g                      - papryka, rzodkiewka 40g  <b>Kakao</b> 200 ml                      (mleko 2%: mleko spożywcze pasteryzowane 2 %; kakao bez cukru, cukier)</p>	<p><b>Zupa neopolitańska z makaronem ,zabielana</b>                      (wywar jarski :woda, marchew, seler, 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; włośzczyzna: warzywa 100% w różnych proporcjach: marchew, pietruszka, seler, por; jogurt naturalny: mleko, białka mleka, żywe kultury bakterii jogurtowych oraz Lactobacillus acidophilus i Bifidobacterium lactis)</p>	<p><b>Pałka z kurczaka, pieczone</b> 120g                      (udko z kurczaka, przyprawy: sól, pieprz, majeranek, czerwona papryka mielona, woda, olej rzepakowy)   <b>Ziemniaki 130g</b>  <b>Surówka z kapusty pekińskiej</b> 70g                      (kapusta pekińska, marchew, papryka, ogórek, kukurydza, cebula, koperek, olej rzepakowy, sól, pieprz)                      , sól, pieprz, olej rzepakowy)  <b>Kompot</b> 150 ml                      (woda, mieszanka kompotowa: agrest, aronia, śliwka, rabarbar, wiśnia, truskawka, porzeczka czerwona; cukier)</p>	<p><b>Bułka z serem 60g</b></p>

## JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY

<b>PIĄTEK</b> <b>13.10.2023</b>	<p><b>Kanapki pasta rybną, pomidor:</b>          - 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 pszenno graham, <u>rozczyń żytni typ 720</u>, sól, woda, drożdże)          - masło 82% - 7g (<u>śmietanka pasteryzowana</u>)          - pomidorowa pasta rybno- serowa 50g (ryba makrela, ser biały półtłusty: <u>mleko pasteryzowane</u>, kultury mleczarskie, koncentrat pomidorowy, koperek świeży, pieprz, sól, papryka czerwona)          - pomidor, roszponka, papryka – 40g (ogórki, woda, sól)  <b>Herbata owocowa</b> 200 ml          (woda, mieszanka czarnych herbat celjońskich i indyjskich; herbata malinowa: owoc maliny (60%0, kwiat hibiskusa, owoc dzikiej róży, naturalny aromat)</p>	<p><b>Zupa ogórkowa z ryżem</b>          (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; ogórki kiszona: woda, ogórki, liść laurowy, chrzan, sól, pieprz, ; ryż biały; pietruszka zielona, przyprawy: pieprz ziarnisty, ziele angielskie, liść laurowy, sól, lubczyk)</p> <p style="text-align: center;">250 ml</p>	<p><b>Paluszki rybne</b> 80g  <b>Ziemniaki z koperkiem</b> 130g (ziemniaki, koperek, sól)  <b>Surówka z kiszonej kapusty</b> 70g (kapusta kiszona: kapusta biała młoda, sól; marchew, cebula, sól, pieprz, olej rzepakowy)  <b>Ziemniaki z koperkiem</b> 130g (ziemniaki, koperek, sól)  <b>Kompot</b> 150 ml (woda, mieszanka kompotowa: agrest, aronia, śliwka, rabarbar, wiśnia, truskawka, porzeczka czerwona; cukier)</p>	<p><b>Bułka maślana</b> 60g</p>
------------------------------------	---	--	--	---------------------------------