

JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY

DATA	ŚNIADANIE	ZUPA	II DANIE	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK 13.11.2023	<p>Kanapki z polędwicą drobiową i ogórkiem, sałata - chleb pszenno – żytni 60g (<u>mąka pszenna typ 650, mąka żytnia typ 720, rozczyń żytni typ 720</u>, sól, woda, drożdże) - polędwica drobiowa 20g - masło 10g (<u>śmietanka pasteryzowana</u>) - ogórek świeży, sałata 40g Herbata 200 ml (woda, mieszanka czarnych herbat celjońskich i indyjskich)</p>	<p>Zupa jarzynowa z zacierką (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); włoszczyzna: warzywa 100% w różnych proporcjach: marchew, pietruszka, <u>seler</u>, por; makaron zacierka: mąka <u>pszenna</u> makaronowa; soczewica czerwona, Koncentrat pomidorowy-pasteryzowany zawartość ekstraktu 30 %; pietruszka zielona, sól, papryka czerwona wędzona, pieprz, kminek, majeranek) 250ml</p>	<p>Filet z kurczaka, pieczony 70g (filet z kurczaka, sól, pieprz, czerwona papryka, czosnek, tymianek, olej rzepakowy) ziemniaki 130g Salata 70g (sałata masłowa, sałata lodowa, rozspanka, jogurt grecki: <u>mleko, białka mleka</u>, żywe kultury bakterii jogurt w i Bifidobacteriumlacti; olej rzepakowy, zioła prowansalskie, czosnek, sok z cytryny, musztarda, miód, sól pieprz ziołowy) Kompot 150 ml(woda, mieszanka kompotowa: agrest, aronia, śliwka, rabarbar, wiśnia, truskawka, porzeczka czerwona; cukier)</p>	<p>Serek homogenizowany 100g</p>
WTOREK 14.11.2023	<p>Kanapki z wędliną i sałatką jarzynową - chleb pszenno – żytni 60g (<u>mąka pszenna typ 650, mąka żytnia typ 720, rozczyń żytni typ 720</u>, sól, woda, drożdże; chleb graham: mąka pszenna graham, <u>rozczyń żytni typ 720</u>, sól, woda, drożdże) - indyk gotowany 20g - masło 7g(<u>śmietanka pasteryzowana</u>) - sałatka jarzynowa (marchew, pietruszka korzeń, seler, jajko, groszek zielony, ogórek kiszony, ziemniaki, majonez kielecki, jogurt naturalny, pieprz, sól) 50g Herbata z cytryną– 200 ml(woda, mieszanka czarnych herbat celjońskich i indyjskich; cytryna</p>	<p>Barszcz czerwony 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 lubczyk) 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>Pierogi z serem 220g (mąka <u>pszenna typ 550, jajka</u>, ser biały półtłusty: <u>mleko pasteryzowane</u>, kultury mleczarskie; jogurt grecki: <u>mleko, białka mleka</u>, żywe kultury bakterii jogurt i Bifidobacteriumlacti ; śmietana 18%: <u>śmietanka</u>, żywe kultury bakterii kwasu mlekowego, cukier waniliowy) Kompot 150 ml (woda, mieszanka kompotowa: agrest, aronia, śliwka, rabarbar, wiśnia, truskawka, porzeczka czerwona)</p>	<p>Chałka z masłem -Chałka 30g -Masło 5g(<u>śmietanka pasteryzowana</u>) Miód 5g Mleko (<u>mleko 2%: mleko spożywcze pasteryzowane 2 %</u>)</p>

JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY

ŚRODA 15.11.2023	<p style="text-align: center;">Płatki kukurydziane na mleku 200 ml</p> <p style="text-align: center;">Kanapki z serem żółtym: - chleb graham, 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; chleb graham: mąka pszenna graham, <u>rozczyń żytni typ 720</u>, sól, woda, drożdże) - masło 82 % - 5g (<u>śmietanka pasteryzowana</u>) - ser żółty 15g</p> <p>(<u>Mleko pasteryzowane</u>, sól spożywcza, stabilizator: chlerek wapnia substancja konserwująca: lizozym (z jaj), kultury bakterii mlekowych (mleko), <u>podpuszczka mikrobiologiczna</u>, barwnik: annato) - szynka 10g - pomidor, sałata 30g</p> <p style="text-align: center;">Herbata z cytryną 200 ml (woda, mieszanka czarnych herbat celjlońskich i indyjskich; cytryna)</p>	<p style="text-align: center;">Krupnik z kaszą jaglaną (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, lubczyk, kurkuma; <u>kasza jęczmienna pęczak</u>, ziemniaki, marchewka, <u>seler</u>, pietruszka, nać pietruszki sól, pieprz) 250 ml</p>	<p style="text-align: center;">Kotlety mielone 80g (udziec z indyka b/kości, łopatka/szynka wieprzowa, <u>jajko</u>, bułka tarta i bułka pszenna: <u>mąka pszenna typ 650</u>, <u>mąka żytnia typ 720</u>, <u>rozczyń żytni typ 720</u>; sól, woda, drożdże ; czosnek, cebula, majeranek, oregano, bazylia, papryka mielona słodka, pieprz czarny, sól ; olej rzepakowy)</p> <p style="text-align: center;">Ziemniaki koperkiem puree 100g Marchewka z groszkiem 70g (marchewka, groszek mrożony, masło: <u>śmietanka pasteryzowana</u>)</p> <p style="text-align: center;">Woda z cytryną (woda niegazowana źródlana, sok z cytryny)</p>	<p style="text-align: center;">Jogurt z brzoskwiniami 150g (<u>śmietanka</u>, cukier trzciniowy, brzoskwinia 12%, <u>mleko zagęszczone odtłuszczone</u>, <u>mleko</u>, żywe kultury bakterii jogurtowych)</p>
CZWARTEK 16.11.2023	<p style="text-align: center;">Kanapki z twarogiem, warzywa - 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) - twaróg 40g (ser biały półtłusty: <u>mleko pasteryzowane</u>, kultury mleczarskie; - masło 10g (<u>śmietanka pasteryzowana</u>) - dżem porzeczkowy niskosłodzony 15g - rzodkiewki 30g</p> <p style="text-align: center;">Kawa zbożowa 200 ml (mleko 2%: <u>mleko spożywcze pasteryzowane 2 %</u>; zboża 78% (<u>jęczmień</u>, <u>żyto</u>), cykoria)</p>	<p style="text-align: center;">Zupa z zielonego groszku ,zabielana (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; ryż biały; 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 Lactobacillus acidophilus i Bifidobacterium lactis)</p>	<p style="text-align: center;">Gulasz drobiowy 150g (filet z kurczaka, papryka, fasolka szparagowa, cebula, marchewka, seler; czosnek olej rzepakowy, mąka <u>pszenna typ 550</u> , przyprawy: curry, majeranek, papryka czerwona, sól, pieprz)</p> <p style="text-align: center;">Kasza gryczana 100g Kompot 150 ml (woda, mieszanka kompotowa: agrest, aronia, śliwka, rabarbar, wiśnia, truskawka, porzeczka czerwona; cukier)</p>	<p style="text-align: center;">Wafle kukurydziane 20g Mus owocowy 100ml</p>

JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY

PIĄTEK 17.11.2023	<p>Bułka pastą jajeczna, warzywa - bułka pszenna 60g (mąka <u>pszenna typ 650</u>, mąka <u>żytnia typ 720</u>, <u>rozczyn żytni typ 720</u>, sól, woda, drożdże; chleb graham: mąka pszenna graham, <u>rozczyn żytni typ 720</u>, sól, woda, drożdże) - masło 82% - 7g (<u>śmietanka pasteryzowana</u>) - pasta jajeczna 30g (jaja, jogurt naturalny: <u>mleko, białka mleka, żywe kultury bakterii jogurtowych</u> oraz Lactobacillus acidophilus i Bifidobacterium lactis; czosnek, koperek, świeży, szczypiorek, sól, pieprz) -Ser biały półtłusty (ser biały półtłusty: <u>mleko pasteryzowane</u>, kultury mleczarskie) 30g -papryka, Ogórek kiszony (ogórki kiszone: ogórki, woda, sól)</p> <p>Kawa zbożowa 200 ml (mleko 2%: <u>mleko spożywcze pasteryzowane 2 %</u>; zboża 78% (<u>jęczmień, żyto</u>), cykorja)</p>	<p>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 %; Przepier 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>	<p>Pulpety rybne z sosem koperkowym 130g (dorsz, mintaj, marchewka, bułka pszenna: mąka <u>pszenna typ 650</u>, mąka <u>żytnia typ 720</u>, <u>rozczyn żytni typ 720</u>, sól, woda, drożdże; <u>jaja</u>; czosnek, cebula, jogurt grecki: <u>mleko, białka mleka, żywe kultury bakterii jogurt w i Bifidobacterium lactis</u>; koperek świeży, ziele angielskie, liść laurowy, papryka czerwona, mielona słodka; warzywa suszone: marchew, pasternak, pietruszka, cebula, por, papryka słodka, , lubczyk, kolendra, majeranek, tymianek,, papryka, pieprz czarny, sól ; olej rzepakowy, <u>mąka pszenna typ 550</u>, pieprz, sól) Ziemniaki z koperkiem 130g (ziemniaki, koperek, sól) Surówka z marchewki i pora 70g (marchewka, jabłko, por, <u>mleko, białka mleka, żywe kultury bakterii jogurtowych</u> oraz Lactobacillus acidophilus i Bifidobacterium lactis, pieprz) Kompot 150 ml (woda, mieszanka kompotowa: agrest, aronia, śliwka, rabarbar, wiśnia, truskawka, porzeczka czerwona; cukier)</p>	<p>Deser: galaretki owocowa 200g</p>
------------------------------------	---	---	---	---