

## JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY

DATA	ŚNIADANIE	ZUPA	II DANIE	PODWIECZOREK
<b>PONIEDZIAŁEK</b> 04.12.2023	<p>- chleb pszenno- żytni , ze słonecznikiem 60g (mąka <u>pszenna typ 650</u>, mąka <u>żytnia typ720,rozczyn żytni typ 720</u>, sól, woda, nasiona słonecznika, drożdże)</p> <p>- masło 82 % - 10g <u>śmietanka pasteryzowana</u> -- Parówka ( 94 % mięsa) 1 szt - ketchup 10g - papryka, rzodkiewka 40g</p> <p><b>Herbata owocowa 200 ml</b> (woda, mieszanka czarnych herbat celjońskich i indyjskich; herbata malinowa:owoc maliny (60%0, kwiat hibiskusa, owoc dzikiej róży, naturalny aromat)</p>	<p style="text-align: center;"><b>Zupa z grochowa</b></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); włoszczyzna: 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 style="text-align: center;">250 ml</p>	<p style="text-align: center;"><b>Ryz z jabłkiem 250g</b></p> <p>(ryż biały; jabłko, banan, śmietana 18% : <u>śmietanka</u>, żywe kultury bakterii kwasu mlekowego;jogurt naturalny: <u>mleko, białka mleka</u> ,żywe kultury bakterii jogurtowych oraz Lactobaccillusacidophilus i Bifidobacteriumlactis, cynamon)</p> <p style="text-align: center;"><b>Kompot 150 ml</b></p> <p>(woda, mieszanka kompotowa: agrest, aronia, śliwka, rabarbar, wiśnia, truskawka, porzeczka czerwona; cukier)</p>	<b>Salatka owocowa / owoce miks 150g</b>
<b>WTOREK</b> 05.12.2023	<p style="text-align: center;"><b>Kanapki z twarogiem, miodem, warzywa</b></p> <p>- chleb pszenno – żytni 60g (mąka <u>pszenna typ 650</u>, mąka <u>żytnia typ720,rozczyn żytni typ 720</u>, sól, woda, drożdże) - twaróg 40g (ser biały półtłusty: <u>mleko pasteryzowane</u>, kultury mleczarskie; jogurt naturalny: <u>mleko, białka mleka</u> ,żywe kultury bakterii jogurtowych oraz Lactobaccillusacidophilus i Bifidobacteriumlactis) - masło 10g (<u>śmietanka pasteryzowana</u>) - rzodkiewka, ogórek świeży 40g - miód 10g</p> <p style="text-align: center;"><b>Kawa zbożowa 200 ml</b></p> <p>(mleko 2%: <u>mleko spożywcze pasteryzowane 2 %</u>; zboża 78% (<u>jęczmień, żyto</u>), cykoria)</p>	<p style="text-align: center;"><b>Zupa grysikowa</b></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, lubczyk; marchew, ryż; natka pietruszki, sól, pieprz)</p> <p style="text-align: center;">250 ml</p>	<p style="text-align: center;"><b>Filet kurczaka 70g</b></p> <p>(filet z kurczaka, sól, pieprz, czerwona papryka, czosnek, tymianek, zioła prowansalskie, olej rzepakowy)</p> <p style="text-align: center;"><b>Ziemniaki z koperkiem 130g</b></p> <p>(ziemniaki, koperek, sól)</p> <p style="text-align: center;"><b>Jarzyńka – (kalafior, brokuł, marchewka)</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Woda z cytryną</b></p> <p>(woda niegazowana źródlana, sok z cytryny) 150ml</p>	<b>Bułka maślana 60g</b> (mąka pszenna, woda , margaryna 805 , cukier, regulator kwasowości, jaja, drożdże piekarnicze, sól, przeciw utleniacze)

## JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY

<b>ŚRODA</b> 06.11.2023	<p><b>Kanapki pasta rybna, pomidor:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- chleb pszenno- żytni 60g (<u>mąka pszenna typ 650</u>, <u>mąka 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)</li> <li>- masło 82% - 7g (<u>śmietanka pasteryzowana</u>)</li> <li>- pomidorowa pasta rybno- serowa 30g</li> </ul> <p>(ryba makrela, ser biały półtłusty: <u>mleko pasteryzowane</u>, kultury mleczarskie, koncentrat pomidorowy, koperek świeży, pieprz, sól, papryka czerwona)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- szynka 10g</li> <li>- pomidor, roszonek, papryka – 40g (ogórki, woda, sól)</li> </ul> <p><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 jesienna</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, ubczyk suszony, kozieradka, suszone warzywa bez dodatków (marchew, korzeń pietruszki, pasternak, <u>seler</u>, por, cebula, nać pietruszki lubczyk), kurkuma; dynia piżmowa, ziemniaki, marchew, cebula, śmietana 18% : <u>śmietanka</u>, żywe kultury bakterii kwasu mlekowego; włoszczyzna: warzywa suszone 100% w różnych proporcjach: marchew, pietruszka, <u>seler</u>, por; lubczyk)</p> <p style="text-align: center;">250 ml</p>	<p><b>Gołąbki siekane z sosem pomidorowym</b> 130g (Mięso mielone wieprzowe, ryż kapusta, marchew, <u>seler korzeń</u>, bułka pszenna, jajo, pulpa pomidorowa , sól; czosnek, cebula, ziele angielskie, liść laurowy, papryka czerwona, mielona słodka; oregano, bazylija; warzywa suszone: marchew, pasternak, pietruszka, cebula, por, papryka słodka, czosnek, lubczyk, kolendra, majeranek, pietruszka nać, cukier, sól ; olej rzepakowy, <u>mąka pszenna typ 550</u>, pieprz, sól)</p> <p><b>Ziemniaki z koperkiem</b> 130g (ziemniaki, sól, świeży koperek)</p> <p><b>Kompot</b> 150 ml (woda, mieszanka kompotowa: agrest, aronia, śliwka, rabarbar, wiśnia, truskawka, porzeczka czerwona; cukier)</p>	<p><b>Pączek 80g</b> (mąka pszenna, woda , margaryna 805 , cukier, regulator kwasowości, jaja, drożdże piekarnicze, sól, przeciw utleniacze, dżem tuskawkowy)</p>
<b>CZWARTEK</b> 07.12.2023	<p><b>Sucharki z mlekiem</b> 200 ml (mleko 2%: <u>mleko spożywcze pasteryzowane 2 %</u>; <u>sucharki pszenne</u>),</p> <p><b>Kanapki z polędwicą drobiową i ogórkiem, sałata</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- chleb pszenno – żytni 60g (<u>mąka pszenna typ 650</u>, <u>mąka żytnia typ 720</u>, <u>rozczyń żytni typ 720</u>, sól, woda, drożdże)</li> <li>- polędwica drobiowa 10g</li> <li>Ser żółty 10g</li> <li>- masło 10g (<u>śmietanka pasteryzowana</u>)</li> <li>- ogórek świeży, sałata 40g</li> </ul> <p><b>Herbata</b> 200 ml (woda, mieszanka czarnych herbat celjońskich i indyjskich)</p>	<p><b>Zupa neopolitańska z makaronem ryżowym ,zabielana</b> (wywar jarski :woda, marchew, <u>seler</u>, pietruszka korzeń, cebula, por, czosnek, olej rzepakowy/ masło klarowane, liść laurowy, pieprz czarny ziarnisty, ziele angielskie, ubczyk suszony, kozieradka, suszone warzywa bez dodatków, kurkuma; makaron ryżowy, 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 Lactobacillus acidophilus i Bifidobacterium lactis)</p> <p style="text-align: center;">250 ml</p>	<p><b>Pieczeń rzymska</b> 100g ( łopatka wieprzowa, <u>bułka pszenna</u>, <u>bułka tarta</u>, jajo, pulpa pomidorowa, koperek, sól; czosnek, cebula, 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, pieprz, sól)</p> <p><b>Kasza jęczmienna</b> 100 g</p> <p><b>Fasolka szparagowa</b> 50g</p> <p><b>Woda z cytryną</b> (woda niegazowana źródłana, sok z cytryny)</p> <p style="text-align: center;">150ml</p>	<p><b>Jogurt z brzoskwiniami</b> 150g ( <u>śmietanka</u>, cukier trzciniowy, brzoskwinia 12%, <u>mleko zagęszczone odtłuszczone</u>, <u>mleko</u>, żywe kultury bakterii jogurtowych)</p>

## JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY

<b>PIĄTEK</b> <b>08.12.2023</b>	<p style="text-align: center;"><b>Kanapki z serem żółtym:</b></p> <p>- chleb graham, 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>- masło 82 % - 5g (<u>śmietanka pasteryzowana</u>)          - ser żółty 25g</p> <p>(Mleko <u>pasteryzowane</u>, sól spożywcza, stabilizator: chlerek wapnia substancja konserwująca: lizozym (z jaj), kultury bakterii mlekowych (mleko), <u>podpuszczka mikrobiologiczna</u>, barwnik: annato)</p> <p>- pomidor bez skóry, szczypiorek 40g</p> <p style="text-align: center;"><b>Kawa zbożowa 200 ml</b></p> <p>(mleko 2%: <u>mleko spożywcze pasteryzowane</u> 2 %; zboża 78% (<u>jęczmień</u>, <u>żyto</u>), cykorja)</p>	<p style="text-align: center;"><b>Zupa ogórkowa 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; ogórki kiszone: 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 style="text-align: center;"><b>Paluszki rybne 80g</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Ziemniaki z koperkiem 130g</b>          (ziemniaki, koperek, sól)</p> <p style="text-align: center;"><b>Marchewka z groszkiem 70g</b>          (marchewka, groszek mrożony, olej rzepakowy, pieprz)</p> <p style="text-align: center;"><b>Kompot 150 ml</b>          (woda, mieszanka kompotowa: agrest, aronia, śliwka, rabarbar, wiśnia, truskawka, porzeczka czerwona; cukier)</p>	<p><b>Banan 100g</b></p>
------------------------------------	--	--	--	--------------------------