

## JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY

DATA	ŚNIADANIE	ZUPA	II DANIE	PODWIECZOREK
<b>PONIEDZIAŁEK</b> <b>08.01.2024</b>	<p style="text-align: center;"><b>Kanapki z jajkiem, warzywa</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 pszenna graham, <u>rozczyn żytni</u> typ 720, sól, woda, drożdże)</p> <p style="text-align: center;">- jajko na twardo 1 szt</p> <p style="text-align: center;">- masło 10g (<u>śmietanka pasteryzowana</u>)</p> <p style="text-align: center;">- pomidor, 40g</p> <p><b>Kakao</b> 200 ml (mleko 2%: <u>mleko spożywcze</u> pasteryzowane 2 %; kakao bez cukru: )</p>	<p style="text-align: center;"><b>Krupnik z kaszą jaglana</b></p> <p>( wywar mięsny: woda, sztyka 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; kasza jaglana, ziemniaki, marchewka, <u>seler</u>, pietruszka, nać pietruszki sól, pieprz)</p> <p style="text-align: center;">250 ml</p>	<p style="text-align: center;"><b>Potrawka 130g</b></p> <p>(pierś z kurczaka, warzywa: marchew, pietruszka, przecier pomidorowy: pomidory – 99.5 %, sól; pieprz, czosnek, cebula, ziele angielskie, liść laurowy, papryka czerwona, mielona słodka, oregano, bazylia; 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</u> typ 550, pieprz, sól)</p> <p style="text-align: center;"><b>Ryż</b> 100g (ryż, sól)</p> <p style="text-align: center;">- Ogórek kiszony – 70g (ogórki, woda, sól)</p> <p><b>Kompot 150 ml</b> (woda, mieszanka kompotowa: agrest, aronia, śliwka, rabarbar, wiśnia, truskawka, porzeczka czerwona; cukier)</p>	<p style="text-align: center;"><b>Jogurt z owocami leśnymi</b></p> <p style="text-align: center;">150g</p> <p>(<u>śmietanka</u>, cukier trzcinowy, truskawki 12%, <u>mleko zagęszczone</u> odtłuszczone, <u>mleko</u>, żywe kultury bakterii jogurtowych)</p>

## JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY

WTOREK  
09.01.2024

<p><b>Kanapki z pastą z ciecioriki, ogórkiem kiszonym:</b> - chleb pszenno- żytni 60g (mąka <u>pszenna</u> typ 650, mąka <u>żytnia</u> typ 720, <u>rozczyzn żytni</u> typ 720, sól, woda, drożdże; chleb graham: mąka pszenno graham, <u>rozczyzn żytni</u> typ 720, sól, woda, drożdże)</p> <p>- masło 82% - 7g (<u>śmietanka pasteryzowana</u>)</p> <p>- pasta z ciecioriki 25g (cieciorika gotowana, pomidory suszone: oliwa, pomidory, czosnek, pieprz, sól; majeranek, sól, pieprz, oliwa z oliwek, sok z cytryny)</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>-ogórek świeży, 40g</p> <p><b>Kawa zbożowa</b> 200 ml (mleko 2%: <u>mleko</u> spożywcze pasteryzowane 2 %; zboża 78% (<u>jęczmień, żyto</u>), cykorja)</p>	<p><b>Zupa pomidorowa 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; włośzczyzna: warzywa 100% w różnych proporcjach: marchew, pietruszka, <u>seler</u>, por; Koncentrat pomidorowy: pasteryzowany zawartość ekstraktu 30 %; Przecier pomidorowy: pomidory – 99.5 %, sól; ; ryż biały; śmietana 18% : <u>śmietanka</u>, żywe kultury bakterii kwasu mlekowego; pietruszka zielona, przyprawy: pieprz ziarnisty, ziele angielskie, liść laurowy, sól) 250 ml</p>	<p><b>Pulpety z sosem koperkowym</b> 130g (filet z kurczaka, ćwiartka z kurczaka, łopatka wieprzowa , koperek, czosnek, cebula, olej rzepakowy, <u>mąka pszenna</u> typ 550, ziele angielskie, liść laurowy, papryka czerwona, mielona słodka; warzywa suszone: marchew, pasternak, pietruszka, cebula, por, papryka słodka, , lubczyk, kolendra, majeranek, oregano, bazylija, papryka ostra, pieprz czarny, cukier, sól ; pieprz, sól)</p> <p><b>Kasza gryczana</b> 100g (kasza gryczana, sól)</p> <p><b>Surówka z kapusty pekińskiej</b> 70g (kapusta pekińska, marchew, papryka, ogórek, kukurydza, cebula, koperek, olej rzepakowy, sól, pieprz)</p> <p><b>Kompot</b> 150 ml (woda, mieszanka kompotowa: agrest, aronia, śliwka, rabarbar, wiśnia, truskawka, porzeczka czerwona; cukier)</p>	<p><b>Bułka maślana</b> 60g (mąka pszenna, woda , margaryna 80% , cukier, regulator kwasowości, jaja, drożdże piekarnicze, sól, przeciw utleniacze)</p>
---	--	--	---

## JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY

<p>ŚRODA 10.01.2024</p>	<p><b>Płatki owsiane z mlekiem</b> 200 ml (mleko 2%: <u>mleko spożywcze pasteryzowane 2 %</u>; płatki owsiane)</p> <p><b>Kanapki z wędliną, papryką</b> - chleb pszenno- żytni 60g (mąka <u>pszenna typ 650</u>, mąka <u>żytnia typ 720</u>, <u>rozczyn żytni typ 720</u>, sól, woda, drożdże)</p> <p>- Polędwica drobiowa 20g (filet z piersi kurczaka 74%, woda, skrobia ziemniaczana, substancja konserwująca E 250, <u>izolat białka sojowego</u>, białko wieprzowe, stabilizatory: E 450, 451, sól, przyprawy (zawierają białka mleka), cukier, wzmacniacz smaku 621, 635, regulator kwasowości E330, barwnik E 150c, aromat, przeciwutleniacz E- 316)</p> <p>- masło 82 % - 10g (<u>śmietanka pasteryzowana</u>)</p> <p>- papryka kolorowa 40g</p> <p><b>Herbata z cytryną</b> – 200 ml (woda, mieszanka czarnych herbat cejlońskich i indyjskich; cytryna)</p>	<p><b>Zupa grochowa</b> 250 ml (Bulion mięsny: ćwiartka z kurczaka, szyja z indyka, 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 lubczyka), kurkuma; warzywa 100% w różnych proporcjach: marchew, pietruszka, <u>seler</u>, por; groch półowki, ziemniaki, Koncentrat pomidorowy- pasteryzowany zawartość ekstraktu 30 %; Pietruszkazielona, majeranek, sól, pieprz)</p>	<p><b>Makaron z sosem i warzywami</b> 220g (makaron kokardki: mąka pszenna typ 550, woda; marchew. Seler, fasolka szparagowa, groszek zielony, czerwona fasola; serek śmietankowy: <u>mleko pasteryzowane</u>, kultury mleczarskie; śmietana 18%: <u>śmietanka</u>, żywe kultury bakterii; jogurt naturalny: <u>mleko</u>, <u>białka mleka</u>, żywe kultury bakterii jogurtowych oraz Lactobacillus acidophilus i Bifidobacterium lactis, pierz, koperek świeży)</p> <p><b>Kompot</b> 150 ml (woda, mieszanka kompotowa: agrest, aronia, śliwka, rabarbar, wiśnia, truskawka, porzeczka czerwona; cukier)</p>	<p><b>Gruszka</b> 120g</p>
-----------------------------	---	---	--	----------------------------

## JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY

<p><b>CZWARTEK</b> <b>11.01.2024</b></p>	<p><b>Kanapki z pastą rybną, ogórkiem kiszonym:</b> - chleb pszenno-żytni 60g (mąka <u>pszenna</u> typ 650, mąka <u>żytnia</u> typ 720, <u>rozczyń żytni</u> typ 720, sól, woda, drożdże; chleb graham: mąka pszenno-graham, <u>rozczyń żytni</u> typ 720, sól, woda, drożdże)</p> <p>- masło 82% - 7g (<u>śmietanka pasteryzowana</u>)</p> <p>- Pasta rybną 50g (ryba makrela, jajko, koncentrat pomidorowy, pieprz, koperek)</p> <p>- pomidor, szczypiorek 40g</p> <p><b>Herbata owocowa</b> 200 ml (woda, mieszanka czarnych herbat celjońskich i indyjskich; herbata malinowa: owoc maliny (60%), kwiat hibiskusa, owoc dzikiej róży, naturalny aromat)</p>	<p><b>Barszcz ukraiński z fasolką szparagową</b> 250 ml</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; buraki, ziemniaki; <u>śmietana</u> 18% : <u>śmietanka</u>, żywe kultury bakterii kwasu mlekowego; Zakwas żytni: woda, <u>mąka żytnia</u> 650, czosnek, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziarnisty, sól)</p>	<p><b>Pierś z kurczaka w panierce</b> 100g (udziec z indyka, sól, pieprz, tymianek, majeranek, papryka słodka mielona, czosnek, olej rzepakowy; Szpinak duszony: (szpinak mrożony, czosnek, cebula, sól, pieprz, masło 82% : <u>śmietanka pasteryzowana</u>)</p> <p><b>Ziemniaki</b> 130g (ziemniaki, sól)</p> <p><b>Marchewka</b> mini 70g</p> <p><b>Kompot</b> 150 ml (woda, mieszanka kompotowa: agrest, aronia, śliwka, rabarbar, wiśnia, truskawka, porzeczka czerwona; cukier)</p>	<p><b>Chałka z masłem</b> 40g (mąka <u>pszenna</u>, woda, margaryna 80%, cukier <u>jaja</u>, oleje roślinne, drożdże piekarnicze, sól)</p> <p>- Masło 5g (<u>śmietanka pasteryzowana</u>)</p>
--	---	---	--	---

## JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY

<b>PIĄTEK</b> <b>12.01.2024</b>	<p><b>Bułka kajzerka z twarożkiem i warzywami</b></p> <p>- bułka kajzerka 1 szt(mąka <u>pszenna typ 550</u>, 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 50g (ser biały półtłusty śmietankowy: <u>mleko pasteryzowane</u>, kultury mleczarskie; jogurt naturalny: <u>mleko, białka mleka</u> ,żywe kultury bakterii jogurtowych oraz Lactobacillusacidophilus i Bifidobacteriumlactis)</p> <p>- rzodkiewka, sałata 40g</p> <p><b>Kawa zbożowa</b> 200 ml(mleko 2%: <u>mleko spożywcze</u> pasteryzowane 2 %; zboża 78% (<u>jęczmień, żyto</u>), cykoria)</p>	<p><b>Zupa selerowa z makaronem</b> 250 ml</p> <p>(wywar jarski :woda, <u>seler</u> marchew, pietruszka korzeń, seler naciowy, cebula, por, czosnek, olej rzepakowy/ masło klarowane, liść lauowy, pieprz czarny ziarnisty, ziele angielskie, lubczyk suszony, kozieradka, suszone warzywa bez dodatków, kurkuma; makaron pszenny, świderki: mąka <u>pszenna</u> makaronowa; włoszczyzna : marchew, pietruszka, <u>seler</u>;śmietana 18%:<u>śmietanka</u>, żywe kultury bakterii); jogurt naturalny:<u>mleko, białka mleka</u> , żywe kultury bakterii jogurtowych oraz Lactobacillusacidophilus i Bifidobacteriumlactis; <u>mąka pszenna typ 550</u>, pietruszka nać)</p>	<p><b>Filet rybny</b>70g (filet z mintaja, przyprawy: sól, pieprz, mąka <u>pszenna</u>typ 500, <u>jajka</u>, bułka tarta (<u>mąka pszenna typ 650</u>, drożdże, woda, sól; olej rzepakowy )</p> <p><b>Ziemniaki z koperkiem</b> 130g (ziemniaki, koperek, sól)</p> <p><b>Surówka z kapusty kiszonej</b> 70g (kapusta kiszona, marchew,jabłko, cebula, 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>banan</b> 100g</p>
------------------------------------	---	---	--	------------------------------