

PRZEDSZKOLE

22.04.2024 – 26.04.2024

22.04.2024 – PONIEDZIAŁEK

ŚNIADANIE- CHLEB MIESZANY 30G, MASŁO 5G, SEREM ŻÓŁTYM 10G, PIERŚ PIECZONA 10G, POMIDOR, HERBATA Z CYTRYNĄ 200ML, KAKAO, JABŁKO

SKŁADNIKI – chleb mieszany (**mąka pszenna, mąka żytnia**, woda, drożdże, sól), **masło 82%**, **ser żółty**, pierś pieczona, pomidor, herbata, cytryna, cukier, **mleko**, kakao, jabłko

OBIAD - ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM 250 ML

ZUPA POMIDOROWA składniki - woda, kurczak świeży, ryż biały, marchew, koncentrat pomidorowy, por, **seler**, sól, pietruszka korzeń, (liść laurowy, ziele angielskie, pieprz ziołowy, susz pietruszki produkty mogą zawierać: **gluten, jaja, soję, mleko i produkty pochodne** oraz **seler i gorczycę**)**śmietanka 12% UHT**(śmietanka, stabilizator; E407)

OBIAD – RACUCHY Z CUKREM PUDREM 250 G, JABŁKO

Składniki – mąka **pszenna**, **mleko 2%** UHT, **jaja**, olej rzepakowy, proszek do pieczenia, cukier puder

PODWIECZOREK – TOSTY Z SEREM ŻÓŁTYM, SZYNKA BIAŁA Z INDYKA 15g, JABŁKO, HERBATA MIĘTOWA, GRUSZKA

SKŁADNIKI - chleb tostowy, **ser żółty**, szynka biała z indyka, herbata miętowa, jabłko, cukier

23.04.2024 –WTOREK

ŚNIADANIE – CHLEB ORKISZOWY 40G, MASŁO 5G, SAŁATA 5G, WĘDLINA – SZYNKA BIAŁA Z INDYKA 15G, OGÓREK ŚWIEŻY 15G, HERBATA Z CYTRYNĄ 200ML, SOK KUBUŚ 150ML

składniki – chleb orkiszowy (**mąka orkiszowa 80%**, woda, drożdże, sól), **masło 82%**, sałata, szynka biała z indyka, ogórek świeży, herbata minutka, cytryna, cukier

OBIAD- ZUPA SZPINAKOWA 250ML

Składniki ; woda, ziemniaki, szpinak, kurczak świeży, marchew, **śmietana 12%** UHT, pietruszka korzeń, **seler**, por, liść laurowy, ziele angielskie, sól, pieprz ziołowy, nać pietruszki

OBIAD – ZIEMNIAKI 200G, PIECZONE NUGGETSY Z PIERSI KURCZAKA W PŁATKACH KUKURYDZIANYCH Z PIECA 200G, SURÓWKA – KAPUSTA PEKIŃSKA Z MARCHEWKĄ, WODA DO PICIA

SKŁADNIKI – ziemniaki, piersi z kurczaka, mleko, mąka **pszenna**, **jajko**, papryka słodka, płatki kukurydziane, oliwa z oliwy surówka – kapusta pekińska, marchewka, kukurydza konserwowa, ogórek świeży, koperek, prażone pestki dyni

PODWIECZOREK – PLACUSZKI Z KASZY KUSKUS I BANANEM 100g, HERBATA OWOCOWA

SKŁADNIKI- kasza kuskus ( z **pszenicy** twardej Durum),banany, mąka **pszenna**, jogurt naturalny (**mleko**, **białka mleka**, żywe kultury bakterii), olej rzepakowy

24.04.2024 – ŚRODA

ŚNIADANIE – BUŁKA PARYSKA 40G, MASŁO 5G, DŻEM BRZOSKWINIOWY 10G, ZUPA MLECZNA Z MAKARONEM ZACIERKA 200 ML, SCHAB PIECZONY 20G, HERBATA OWOCOWA, JABŁKO

Składniki – bułka paryska (**mąka pszenna**, woda, margaryna, drożdże, cukier, sól), **masło** 82%, dżem brzoskwinowy, makaron zacierka, mleko, schab pieczony(wyrób własny, papryka słodka, pieprz ziołowy, sól), herbata owocowa, cukier,

OBIAD - ZUPA KAPUŚNIAK Z MŁODEJ KAPUSTY 250ML

Składniki - woda, ziemniaki, kapusta młoda, kurczak świeży, marchew, pietruszka korzeń, **seler**, por, liść laurowy, ziele angielskie, sól, pieprz ziołowy, nać pietruszki, koper

OBIAD – ZIEMNIAKI 200G, BIODERKO DROBIOWE 200G, BURACZKI CZERWONE 100G, MANDARYNKA

SKŁADNIKI- ziemniaki, sól, bioderko drobiowe - papryka słodka, pieprz ziołowy, zioła prowansalskie, sos- **mąka pszenna**, nać pietruszki,

Surówka składniki – buraczki czerwone, cebula

PODWIECZOREK – GOFRY Z OWOCAMI , HERBATA OWOCOWA, GRUSZKA

Składniki –mąka **pszenna**, **mleko**, **jajka**, truskawki, maliny mrożone, cukier waniliowy, proszek do pieczenia, herbata

25.04.2024 – CZWARTEK

ŚNIADANIE – BUŁKA GRAHAMKA 50G, MASŁO 5G, SAŁATA, SCHAB PIECZONY 20G, OGÓREK KISZONY 15G, HERBATA MIĘTOWA , JABŁKO

SKŁADNIKI – bułka grahamka ( **mąka żytnia**, woda, drożdże, sól), **masło 82%**, sałata, schab pieczony ( wyrób własny),ogórek kiszony, herbata miętowa

OBIAD - ZUPA PIECZARKOWA 250G

SKŁADNIKI- woda, ziemniaki, pieczarki, kurczak świeży, marchew, pietruszka korzeń, **śmietana 12%**, **seler**, por, czosnek, liść laurowy, ziele angielskie , pietruszka nać

OBIAD - KASZA JĘCZMIENNA PERŁOWA 50G, GULASZ WIEPRZOWY Z WARZYWAMI 200G, SURÓWKA – OGÓREK KISZONY Z MARCHEWKĄ 150G, JABŁKO

składniki- **kasza jęczmienna perłowa**( może zawierać gluten, orzechy włoskie i migdały)

Gulasz wieprzowy składniki – szynka , cebula, olej rzepakowy, sól ,papryka słodka, pieprz ziołowy, zioła prowansalskie, susz pietruszki (produkty mogą zawierać: **gluten, jaja, soję, mleko i produkty pochodne oraz seler i gorczycę**), marchew

Surówka- ogórek kiszony, marchew, cebula

PODWIECZOREK – JOGURT GRECKI Z TRUSKAWKAMI 200ML, WAFLE RYŻOWE Z NASIONAMI SŁONECZNIKA

Składniki – jogurt grecki, truskawki mrożone, wafle ryżowe z nasionami słonecznika

26.04.2024 – PIĄTEK

ŚNIADANIE – PIECZYWO MIESZANE 40G, MASŁO 5G, POMIDOR KOKTAJLOWY15G, WĘDLINA, JAJECZNICA Z SZCZYPIORKIEM, HERBATA OWOCOWA 200ML,

SKŁADNIKI – pieczywo mieszany ( **mąka pszenna, mąka żytnia**, woda, drożdże, sól), **masło 82%**, pomidor koktajlowy, wędlina , **jajka**, szczypior, herbata owocowa

OBIAD – ZUPA ROSÓŁ Z MAKARONEM NITKI 250G

SKŁADNIKI – woda, makaron nitki(mąka makaronowa **pszenna**), kurczak, marchew, pietruszka korzeń, **seler**, por, nać pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz ziołowy

OBIAD – ZIEMNIAKI 200G, RYBA Z PIECA 150G, SURÓWKA Z MŁODEJ KAPUSTY 100G, WODA

Ryba z pieca składniki – filet z **miruny, jajka**, olej rzepakowy, bułka tarta(**mąka pszenna 80%, mąka żytnia20%**, woda, drożdże, sól, produkt zawiera **gluten**), cytryna, pieprz ziołowy, sól

SKŁADNIKI – kapusta młoda, marchew, koper

PODWIECZOREK – SAŁATKA OWOCOWA 200G, BISZKOPTY

SKŁADNIKI – gruszka, banan, mandarynki, kiwi, biszkopty

Produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji wypisano pogrubioną czcionką.

Jadłospis może ulec zmianie