

JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY 1

DZIEŃ TYGODNIA	I ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK				
WTOREK	<p>CHLEB MIESZANY, MASŁO, SCHAB PIECZONY, SZYNKA WIEPRZOWA, SER ŻÓŁTY GOUDA, SAŁATA LODOWA, POMIDOR, OGÓREK ZIELONY, PAPRYKA, HERBATA OWOCOWA</p> <ol style="list-style-type: none"> Chleb mieszany Masło Schab pieczony Szynka wieprzowa Ser żółty gouda Pomidor Sałata lodowa Ogórek zielony Papryka Herbata owocowa <p><i>Alergeny: gluten (1) gorczyca (10)</i></p>	<p>CHLEB WASA Z PASZTETEM Z INDYKA, SEREM ŻÓŁTYM GOUDA I OGÓRKIEM KISZONYM</p> <ol style="list-style-type: none"> Chleb wasa Pasztet z indyka Ser żółty gouda Ogórek kiszony <p><i>Alergeny: -</i></p>	<p>I danie: kapuśniaczek (250 ml) <i>(wywar jarzynowy, ziemniaki, cebulka prażona, kapusta kiszona, czosnek, pieprz, napar z ziela i liścia, smak natury, majeranek)</i> <i>Alergeny: seler</i> <i>Składniki odżywcze: białko 6g, węglowodany 31g, tłuszcze 4g, wartość energetyczna: 184 kcal</i></p> <p>II danie: kasza perłowa, sos pieczeniowo-pieczarkowy, buraczki <i>(kasza perłowa, buraki, porcje wieprzowe, cebula, pieczarki, mąka, sól, majeranek, papryka, czosnek, śmietanka roślinna)</i> <i>Alergeny: gluten</i> <i>Składniki odżywcze: białko 15g, węglowodany 47g, tłuszcze 14g, wartość energetyczna: 374 kcal</i></p>	<p>MLEKO WANILIOWE, JABŁKO</p> <ol style="list-style-type: none"> Mleko Cukier waniliowy Jabłko <p><i>Alergeny: mleko (7)</i></p>
ŚRODA	<p>FRANKFURTERKA, CHLEB MIESZANY, MASŁO, KETCHUP ŁAGODNY, KAKAO</p> <ol style="list-style-type: none"> Frankfurterka Chleb mieszany Masło Ketchup łagodny Kakao <p><i>Alergeny: mleko (7) gluten (1)</i></p>	<p>CHLEB MIESZANY Z MASŁEM ORZECHOWYM/DŻEM OWOCOWY</p> <ol style="list-style-type: none"> Chleb mieszany Masło orzechowe Dżem owocowy <p><i>Alergeny: orzechy (8) gluten (1)</i></p>	<p>I danie: krem pomidorowy (zupa 250ml) <i>(wywar warzywny, koncentrat pomidorowy, cebula, sól, pieprz, cukier)</i> <i>Alergeny: seler</i> <i>Składniki odżywcze: białko 7g, węglowodany 30g, tłuszcze 5g, wartość energetyczna: 193 kcal</i></p> <p>II danie: chińszczyzna z ryżem (ryż 100g, mięso 50g, sos 60g) <i>(mięso wieprzowe, mieszanka warzyw, sos sojowy, kurkuma, mleczko roślinne, sól, pieprz, papryka)</i> <i>Alergeny: -</i> <i>Składniki odżywcze: białko 21g, węglowodany 51g, tłuszcze 11g, wartość energetyczna: 387 kcal</i></p>	<p>SOK POMARAŃCZOWY 100%, PALUSZKI NIESOLONE I BRZOSKWINIA/ MANDARYNKA</p> <ol style="list-style-type: none"> Sok pomarańczowy Brzoskwinia/ mandarynka Paluszki <p><i>Alergeny: gluten (1)</i></p>
CZWARTEK	<p>KANAPKI Z ŻÓŁTYM SEREM I WARZYWAMI</p> <ol style="list-style-type: none"> Chleb mieszany Ser żółty Masło Sałata lodowa Pomidor Ogórek zielony Papryka <p><i>Alergeny: gluten (1) mleko (7)</i></p>	<p>JOGURT OWOCOWY</p> <ol style="list-style-type: none"> Mleko Owoce sezonowe Miód <p><i>Alergeny: mleko (7)</i></p>	<p>I danie: krem kukurydziano-dyniowy (250 ml) <i>(kukurydza, dynia, włoszczyzna, mleczko kokosowe, sól, przyprawa Smak Natury, cukier)</i> <i>Alergeny: seler</i> <i>Składniki odżywcze: białko 8g, węglowodany 21,75g, tłuszcze 7,8g, wartość energetyczna: 190 kcal</i></p> <p>II danie: kotlecik mielony, ziemniaki, surówka z białej kapusty z koperkiem <i>(ziemniaki 120g, mięso 70g, surówka 50g)</i> <i>(mięso filet z kurczaka, sól, pieprz, cebula, czosnek mielony, jajka, bułka tarta, ziemniaki, koperek, biała kapusta)</i> <i>Alergeny: jajko, gluten</i> <i>Składniki odżywcze: białko 22g, węglowodany 42g, tłuszcze 13,7g, wartość energetyczna: 379,3 kcal</i></p>	<p>WARZYWA Z SOSEM MAJONEZOWO-JOGURTOWYM</p> <ol style="list-style-type: none"> Pomidor Sałata lodowa Ogórek zielony Papryka Jogurt gęsty Majonez <p><i>Alergeny: mleko (7)</i></p>
PIĄTEK	<p>KANAPKI Z SERKIEM TOPIONYM W PLASTRACH, KIEŁBASĄ PODSUSZANĄ, SEREM ŻÓŁTYM GOUDA, JAJKIEM Z MAJONEZEM Z WARZYWAMI</p> <ol style="list-style-type: none"> Chleb mieszany Jajko Serek topiony Kiełbasa podsuszana Ser żółty gouda Masło Szczypiorek Ogórek kiszony majonez <p><i>Alergeny: mleko (7) gluten, (1) jaja (3)</i></p>	<p>BANAN, KAKAO</p> <ol style="list-style-type: none"> Banan Kakao Mleko Miód <p><i>Alergeny: mleko (7)</i></p>	<p>I danie: krem z ziemniaków z grzankami (zupa 250 ml) <i>(ziemniaki, włoszczyzna, śmietanka roślinna, sól, pieprz, majeranek, przyprawa Smak Natury)</i> <i>Alergeny: seler, gluten</i> <i>Składniki odżywcze: białko 7g, węglowodany 30g, tłuszcze 5g, wartość energetyczna: 193 kcal</i></p> <p>II danie: kluseczki półfrancuskie w sosie brzoskwiniowym (kluseczki 100g, sos 80) <i>(mąka, jaja, mleko, sól, cukier, brzoskwinia, kisiel owocowy)</i> <i>Alergeny: jajko, gluten, mleko</i> <i>Składniki odżywcze: białko 11g, węglowodany 42g, tłuszcze 9g, wartość energetyczna 311 kcal</i></p>	<p>JOGURT Z GRUSZKĄ I CHRUPKAMI KUKURYDZIANYMI</p> <ol style="list-style-type: none"> Jogurt naturalny Gruszka Chrupki kukurydziane <p><i>Alergeny: mleko (7)</i></p>

Do potraw, przy których nie ma podanego napoju jest podana woda źródlana 200 ml na osobę. Alergeny wymienione w Rozporządzeniu Parlamentu Europejskiego i Rady UE nr 1169/2011 podane zostały w nawiasach: gluten (1), skorupiaki (2), jaja (3), ryby (4), orzeszki ziemne (5), soja (6), mleko (7), orzechy (8), seler (9), gorczyca (10), sezam (11), dwutlenek siarki i siarczany (12), tulin (13), mięczaki (14). * Zgodnie z informacjami od producentów użyte produkty gotowe (np. produkty z mięsa) mogą zawierać śladowe ilości alergenów: glutenu, mleka łącznie z laktozą, jaj, soi, orzechów, selera i gorczyczy. Gramatura oraz kaloryczność posiłków zamieszczona jest na stronie internetowej Przedszkola