

JADŁOSPIS 16-20.11

DIETA OGÓLNA

DZIEŃ	RODZAJ POSIŁKU	MENU	Informacja dla alergików	Skład z wytluszczeniem alergenów
Poniedziałek 16.11.2020	ŚNIADANIE*	Kasza jęczmienna z bakaliami na mleku Bułka siedlecka z polędwicą i ogórkiem kiszonym Herbata z cytryną	1,7	Zupa mleczna- mleko 2%, kasza jęczmienna , rodzynki Bułka siedlecka- mąka pszenna , woda, drożdże, cukier, mąka żytnia , sól, oleje roślinne Masło 82%, polędwica z indyka, ogórek kiszony Herbata, cukier, cytryna
	OBIAD	Zupa krem z marchwi z grzankami Makaron z twarogiem i boczkiem Surówka z kapusty czerwonej Kompot wieloowocowy	1,3,7	Zupa- marchew, ziemniaki, pietruszka, mleko 2%, sól, pieprz, imbir, dynia Grzanki- bułka wyborowa (mąka pszenna , woda, cukier, mąka żytnia , drożdże, sól, oleje roślinne), oliwa, czosnek, natka pietruszki Makaron świderki (mąka durum , jaja), twaróg , boczek wędzony Surówka- czerwona kapusta, jabłko, cebula, cytryna, oliwa Kompot- mieszanka kompotowa, cukier
	PODWIECZOREK*	Jogurt owocowy Chałka z masłem i dżemem	1,3,7	Jogurt naturalny, banan, truskawka, otręby pszenne Chałka- mąka pszenna , woda, cukier, oleje roślinne, drożdże, jaja , mąka żytnia , sól, Masło 82%, dżem
Wtorek 17.11.2020	ŚNIADANIE*	Płatki owsiane na mleku z żurawiną Bułka kajzerka z serem żółtym, sałatą i pomidorem Herbata miętowa	1,7	mleko 2%, płatki owsiane , żurawina Bułka kajzerka- mąka pszenna , woda, drożdże, mąka ziemniaczana, mąka żytnia , oleje roślinne, sól, cukier, olej rzepakowy Masło 82%, ser żółty, sałata, pomidor Herbata miętowa, cukier
	OBIAD	Zupa neapolitańska z makaronem Gulasz wołowy z ziemniakami Surówka z ogórka kiszonego Kompot truskawkowy	1,3,7	Zupa- korpus kurczaka, makaron drobny (mąka durum , jaja), marchewka, pietruszka, seler , por, natka pietruszki, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, śmietana 18%, ser żółty Łopatka wołowa, cebula, papryka, sól, pieprz, papryka słodka, papryka ostra, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna , olej Ziemniaki, koper Surówka- ogórek kiszony, papryka, marchewka, jabłko, cebula, sól, pieprz, cukier, oliwa kompot- truskawki, cukier
	PODWIECZOREK*	Sałatka owocowa Pączeczki kukurydziane		Banan, winogron, jabłko, mandarynka, cytryna Pączeczki kukurydziane- kaszka kukurydziana
środa 18.11.2020	ŚNIADANIE*	Zupa mleczna z makaronem Bułka grahamka z twarogiem i miodem	13,,7	Mleko, makaron (mąka durum , jajka) Bułka grahamka- mąka pszenna , mąka pszenna graham 42,6%, mąka żytnia , woda, drożdże, cukier, sól, oleje roślinne Masło 82%, twaróg , miód, jogurt naturalny Herbata owocowa, cukier

		Herbata owocowa		
	OBIAD	Krupnik z kaszą jaglaną Kurczak w sosie słodko kwaśnym z ryżem Kompot wieloowocowy	1,9	Zupa- korpus z kurczaka, kasza jaglana ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , cebula, por, natka pietruszki, sól, pieprz, ziele angielskie Chleb regionalny- mąka pszenna , mąka żytnia , woda, drożdże, sól II danie- filet z kurczaka, marchew, papryka, ananas, cebula, czosnek, natka pietruszki, imbir, koncentrat pomidorowy, papryka słodka, sól, pieprz, mąka pszenna Ryż biały i brązowy Kompot- mieszanka kompotowa, cukier
	PODWIECZOREK *	Ciasto drożdżowe z jabłkami i kruszonką mleko	1,3,7	Ciasto -mąka pszenna , jaja , mleko , cukier, drożdże, laska wanilii, jabłka Mleko 2%
Czwartek 19.11.2020	ŚNIADANIE*	Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi i suszoną morelą Bułka siedlecka z pastą z szynki, ogórek Herbata miętowa owoc	1,3,7	Zupa- mleko 2% , płatki orkiszowe , suszona morela Bułka siedlecka- mąka pszenna , woda, drożdże, cukier, mąka żytnia , sól, oleje roślinne Masło 82% , szynka soltysa, jaja, jogurt, sól, pieprz, ogórek Herbata miętowa, cukier jabłko
	OBIAD	Zupa krem z cukinii z pestkami dyni i pieczywem mieszanym Kotlet pożarski z pieca Ziemniaki Buraczki zasmażane lemoniada	1,3,7,9	Zupa- korpus kurczaka, cukinia, ziemniak, cebula, czosnek, natka pietruszki, masło 82% , olej, sól, pieprz, gałka muszkatałowa, pestki dyni chleb wieloziarnisty- mąka pszenna , mąka żytnia woda, mieszanka wieloziarnista [ziarna słonecznika, siemię lniane, płatki owsiane, sezam], drożdże, sól chleb regionalny- mąka pszenna , mąka żytnia , woda, drożdże, sól Kotlet pożarski- mięso z kurczaka, jaja , bułka wyborowa (mąka pszenna , woda, cukier, mąka żytnia , drożdże, sól, oleje roślinne), czosnek, sól, pieprz Ziemniaki, koperek Buraczki- buraki, masło 83%, mąka pszenna , cukier, sól, Lemoniada- cytryna, miód
	PODWIECZOREK *	Budyń czekoladowy owoc	7	Budyń- mleko 2% , cukier, mąka ziemniaczana, kakao gruszka
Piątek 20.11.2020	Śniadanie*	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi, Bułka kajzerka, jajecznica z pieca, pomidor herbata z cytryną	1,3,7	Zupa- mleko , płatki kukurydziane Bułka kajzerka - mąka pszenna , woda, drożdże, mąka ziemniaczana, mąka żytnia , oleje roślinne, sól, cukier Masło 82% , jajka , szczypior, pomidor Herbata, cytryna, cukier

	obiad	Zupa pomidorowa z ryżem Łosoś z makaronem tagliatelle w sosie brokułowym Surówka z marchewki, pora i jabłka Kompot wiśniowy	1,3,4,7,9	Zupa- ryż, marchew, pietruszka, seler , por, cebula, koncentrat pomidorowy, śmietana , mąka pszenna , natka pietruszki, sól, pieprz II danie- łosoś , brokuł, czosnek, cebula, koper, tymianek, sól, pieprz, śmietana 18% , mleko 2% Makaron (mąka durum , jaja) Surówka- marchew, por, jabłko, jogurt , śmietana Kompot- wiśnia, cukier
	Podwieczorek*	Kasza manna z malinami i bananem	1,7	Kasza manna , mleko , cukier, laska wanilii, maliny, banan

Tabela: Podstawowe alergeny pokarmowe. Produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji zawarte w potrawach. 1- zboża zawierające gluten, 2- skorupiaki, 3- jaja, 4- ryby, 5- orzeszki ziemne, 6- soja, 7- mleko, 8- orzechy, 9- seler, 10- gorczyca, 11- sezam, 12- dwutlenek siarki i siarczyny, 13- łubin, 14- mięczaki
*dotyczy dzieci w przedszkolu
JADŁOSPIS MOŻE ULEC ZMIANOM