

JADŁOSPIS 30.11-04.12.2020 r.

DIETA OGÓLNA

DZIEŃ	RODZAJ POSILKU	MENU	Informacja dla alergików	Skład z wyłączeniem alergenów
PONIEDZIAŁEK 30XI	Śniadanie *	Kasza manna na mleku z żurawiną, Bułka z wędliną, papryka, pomidor Herbata wieloowocowa	1,7	Zupa mleczna- <b>mleko</b> , kasza <b>manna</b> , żurawina Bułka grahamka (mąka <b>żytnia graham</b> , mąka <b>pszenna</b> , woda, drożdże, sól), <b>masło 82%</b> , szynka sootyssa, papryka, pomidor Herbata owocowa, cukier
	Obiad	Zupa kalafiorowa Leniwe z masłem i bułką tartą Surówka z marchewki i jabłka Kompot wieloowocowy	1,7,9	Zupa- korpus kurczaka, kalafior, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , por, cebula, <b>śmietana 18%</b> , mąka <b>pszenna</b> , sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy Chleb regionalny - mąka <b>pszenna</b> , mąka <b>żytnia</b> , kwas, woda, drożdże, sól) Leniwe- ziemniaki, twaróg 2,5%, mleko, mąka <b>pszenna</b> , mąka ziemniaczana, <b>jaja</b> , sól <b>masło 82%</b> , <b>bułka tarta</b> Surówka- marchew, jabłko, cytryna, cukier Kompot- mieszanka, cukier
	Podwieczorek*	Pałeczki kukurydziane Owoc		Pałeczki kukurydziane- kasza kukurydziana banan
WTOREK 1XII	Śniadanie *	Kasza jęczmienna na mleku z rodzynkami Bułka z jajkiem, szczypiorkiem i ogórkiem kiszonym Kompot truskawkowy	1,3,7	Zupa mleczna- <b>mleko</b> , kasza <b>jęczmienna</b> , rodzynki Bułka orkiszowa (mąka <b>orkiszowa</b> , <b>żytnia</b> , <b>pszenna</b> , woda, sól, drożdże, posypka wieloziarnista- płatki <b>pszenne</b> , <b>owsiane</b> , otręby <b>żytnie</b> ) <b>masło 82%</b> , jajka, szczypior, ogórek kiszony Kompot- truskawki, cukier
	Obiad	Zupa ziemniaczana z zielonym groszkiem Schab pieczony w sosie własnym Kasza gryczana Surówka w białej kapusty Herbata miętowa	1,7,9	Zupa- korpus kurczaka, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , por, cebula, zielony groszek, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy Chleb regionalny - mąka <b>pszenna</b> , mąka <b>żytnia</b> , kwas, woda, drożdże, sól) Schab, sól, pieprz, kasza gryczana Surówka- biała kapusta, marchew, jabłko, cebula, natka pietruszki, <b>śmietana 18%</b> , sól Herbata miętowa, cukier
	Podwieczorek*	Jogurt naturalny z musem truskawkowym Owoc	1,7	<b>Jogurt</b> naturalny, truskawki, cukier, otręby <b>pszenne</b> winogron
ŚRODA 2XII	Śniadanie *	Ryż na mleku Bułka kukurydziana z pastą twarózkową Kompot malinowy	1,7	Zupa mleczna- <b>mleko</b> , ryż Bułka kukurydziana- mąka <b>pszenna</b> , mieszanka kukurydziana (mąka <b>pszenna</b> , ziarno słonecznika), mąka kukurydziana, sól, cukier, słonecznik, woda, drożdże, sól <b>masło 82%</b> , <b>twaróg</b> , <b>jogurt</b> naturalny, ogórek, szczypior Kompot- maliny, cukier
	Obiad	Zupa z fasolki szparagowej Tortilla z kurczakiem zapiekana z serem żółtym Surówka z ogórka kiszonego Kompot truskawkowy	1,3,7,9	Zupa- korpus kurczaka, ziemniaki, fasolka szparagowa, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , por, cebula, pomidory pelleti, makaron (semolina, <b>jaja</b> ), sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy Chleb regionalny - mąka <b>pszenna</b> , mąka <b>żytnia</b> , kwas, woda, drożdże, sól) Tortilla- mąka <b>pszenna</b> , <b>pełnoziarnista</b> , <b>jaja</b> , <b>mleko</b> , olej, filet kurczaka, sałata, papryka, kukurydza, cebula, czosnek, koncentrat pomidorowy, natka pietruszki, <b>ser żółty</b> , sól, pieprz, papryka słodka, oregano Sos- <b>jogurt</b> naturalny, czosnek, cytryna, sól, pieprz Surówka- ogórek kiszony, papryka, marchew, natka pietruszki, oliwa z oliwek, sól, pieprz Herbata miętowa, cukier

	Podwieczorek*	Budyń waniliowy z brzoskwinia Kompot wieloowocowy	7	Budyń- <b>mleko</b> , mąka ziemniaczana, cukier, laska wanili, brzoskwinia w syropie Mieszanka owocowa, cukier
CZWARTEK 3XII	Śniadanie *	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi Naleśniki z dżemem	1,3,7	Zupa mleczna- <b>mleko</b> , płatki kukurydziane Naleśniki- mąka <b>pszenna</b> , mąka <b>pełnoziarnista</b> , <b>jaja</b> , <b>mleko</b> , cukier, cukier waniliowy, dżem niskostodzony
	Obiad	Barszcz czerwony Kotlet mielony z ziemniakami Warzywa z pieca Kompot porzeczkowy	1,3,7,9	Zupa- burak, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , por, cebula, czosnek, sol, pieprz, majeranek, ziele angielskie, liść laurowy, ocet jabłkowy Chleb żytni ze słonecznikiem- mąka <b>żytnia</b> , <b>pszenna</b> , kwas, woda, słonecznik, słód żytni, drożdże, sól Kotlet- karczek wieprzowy, <b>jajka</b> , <b>bułka tarta</b> , sól, pieprz Warzywa- brokuł, marchew, fasolka, <b>masło</b> 82% Kompot- czerwona porzeczka, cukier
	Podwieczorek*	Kisiel malinowy z jabłkiem Owoc		Maliny, jabłko, cukier, mąka ziemniaczana gruszka
PIĄTEK 4XII	Śniadanie *	Płatki orkiszowe z suszoną morelą Bulka z pastą z szynki i białego sera, papryka, ogórek Herbata owocowa	1,7	Zupa mleczna- <b>mleko</b> , płatki <b>orkiszowe</b> , suszona morela Bulka śniadaniowa- mąka <b>pszenna</b> , drożdże, woda, sól, <b>masło</b> 82%, szynka softysa, <b>twaróg</b> , <b>jogurt</b> naturalny, papryka, ogórek Herbata owocowa, cukier
	Obiad	Krupnik jaglany Ryż z warzywami Ryba pieczona w piecu Surówka z kapusty pekińskiej Kompot wieloowocowy	1,3,4,7,9	Zupa- korpus kurczaka, kasza jaglana, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , por, cebula, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy Chleb żytni ze słonecznikiem- mąka <b>żytnia</b> , <b>pszenna</b> , kwas, woda, słonecznik, słód żytni, drożdże, sól Ryż biały i brązowy, marchew, brokuł, cebula, czosnek, natka pietruszki Ryba z pieca- <b>dorsz</b> , <b>jajka</b> , <b>bułka tarta</b> , mąka <b>pszenna</b> , sól, pieprz Surówka- kapusta pekińska, ogórek, kukurydza, koper, <b>śmietana</b> , majonez, sól, pieprz Kompot- mieszanka owocowa, cukier
	podwieczorek	Niespodzianka Herbata z cytryną	1,3,7	mąka pszenna, jajka, jogurt grecki, olej, cytryna, proszek do pieczenia, soda, borówka Herbata, cukier, cytryna

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- tulin, 14- mięczaki

\*dotyczy dzieci w przedszkolu

\*jadłospis może ulec zmianie