

JADŁOSPIS 28-31 XII

DIETA OGÓLNA

Data	Rodzaj posiłku	MENU	Informacja dla alergików	Skład z wyłączeniem alergenów
Poniedziałek 28.12.2020	Śniadanie*	Kasza manna na mleku z morelami Bułka z masłem, szynką i ogórkiem Herbata owocowa	1,7	Zupa mleczna- mleko 2%, kasza manna , morele suszone Bułka grahamka (mąka żytnia graham , pszenna , woda, drożdże, sól), masło 82%, szynka softysa, ogórek Herbata owocowa, cukier
	obiad	Żurek z jajkiem i ziemniakami Makaron putanesca Kompot z czerwonej porzeczki	1,3,7,9	Żurek- jaja , ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , cebula, czosnek, kiełbasa, boczek wędzony, śmietana 18%, chrzan, mąka żytnia , ocet winny, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek II danie- makaron świderki (mąka durum , jaja), boczek, pomidor w zalewie, cebula, czosnek, oliwa z oliwek, bazylija, sól, pieprz, chili, Kompot- czerwona porzeczka, cukier
	Podwieczorek*	Koktajl owocowy Pałeczki kukurydziane	1,7	Koktajl- jogurt naturalny, banan, truskawka, otręby pszenne Pałeczki kukurydziane (kasza kukurydziana)
Wtorek 29.12.2020	Śniadanie*	Płatki orkiszowe z żurawiną na mleku Bułka z masłem, serem żółtym i pomidorem Kompot wieloowocowy	1,7	Zupa mleczna- mleko 2%, płatki orkiszowe , żurawina Bułka żytnia (mąka żytnia , woda, drożdże, słonecznik, siemię lniane, płatki owsiane), masło 82%, ser żółty, pomidor Kompot- mieszanka owocowa, cukier
	obiad	Rosół z makaronem Pieczeń ze schabu w sosie myśliwskim Kasza jęczmienna Cząstki ogórka kiszzonego Lemoniada	1,3,9	Rosół- porcja rosółowa, makaron (mąka durum , jaja), marchew, pietruszka, seler , kapusta biała, por, cebula, natka pietruszki, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, lubczyk Pieczeń- schab wieprzowy, marchew, pietruszka, seler , cebula, czosnek, śliwki suszone, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, papryka słodka, majeranek, kminek Kasza jęczmienna , ogórek kiszony Lemoniada- cytryny, miód
	Podwieczorek*	Salatka owocowa Krążek ryżowy	7	Jabłko, banan, mandarynka, jogurt ryż
Środa 30.12.2020	Śniadanie*	Płatki kukurydziane na mleku Bułka z pastą jajeczną z ogórkiem i rzodkiewką Herbata z cytryną	1,3,7	Zupa mleczna- mleko 2%, płatki kukurydziane Kanapka- bułka kukurydziana (mąka pszenna , kukurydziana, słonecznik, drożdże, sól), masło 82%, jaja , jogurt naturalny, szczypiorek, ogórek, rzodkiewka Herbata, cytryna, cukier
	obiad	Zupa zacierka Sznycel cielęcy z rodzynkami w sosie rodzynekowym szparagowym Ziemniaki z koperkiem Surówka z kapusty pekińskiej Kompot śliwkowy	1,3,7,9	Zupa- boczek wędzony, makaron (mąka z mąki durum , jaja), ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , por, cebula, natka pietruszki Polędwiczka cielęca, rodzynki, szparagi, cebula, czosnek, natka pietruszki, śmietanka 18%, olej rzepakowy, sól, pieprz, tymianek ziemniaki Surówka- kapusta pekińska, papryka, ogórek, rzodkiewka, szczypior, koper, oliwa, ocet winny, sól, cukier, oregano

				Kompot- śliwki, cukier
	Podwieczorek*	Mus truskawkowo- bananowy Rogal maślany	1,3,7	Mus- banan, truskawki, jogurt , otręby Rogal- mąka pszenna , woda, jajka , drożdże, olej rzepakowy
Czwartek 31.12.2020	Śniadanie*	Płatki jęczmienne z rodzynkami na mleku Bułka z twarogiem, ogórek, papryka Herbata owocowa	1,7	Zupa mleczna- mleko 2%, płatki jęczmienne , rodzynki Bułka orkiszowa (mąka orkiszowa , żytnia , pszenna , drożdże, płatki pszenne, owsiane, otręby żytnie , sól), twaróg półtłusty, jogurt naturalny, ogórek, papryka Herbata owocowa, cukier
	obiad	Zupa krem z kalafiora Sandacz w sosie cytrynowym z ziemniakami Surówka z czerwonej kapusty Kompot wieloowocowy	1,4,7,9	Zupa- porcja kurczaka, kalafior, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, cebula, czosnek, śmietanka 18%, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy II danie- sandacz , szpinak, śmietanka 18%, mąka pszenna , olej, masło 82%, czosnek, koper, cytryna, sól, pieprz Ziemniaki Surówka- czerwona kapusta, jabłko, cebula, oliwa, ocet jabłkowy, sól, cukier Kompot- mieszanka, cukier
	Podwieczorek*	Drożdżówka z dżemem Soczek owocowy	1,3,6,7	Drożdżówka- mąka pszenna , mleko , jaja , cukier, sól, margaryna , marmolada Soczek- jabłko, pomarańcza, marchew, banan, brzoskwinia, gujawa, papaja, mango, marakuja, liczi, kiwi, limonka

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 zmianie