

JADŁOSPIS 4-8.01.2021

DIETA OGÓLNA

data	Rodzaj posiłku	MENU	Informacja dla alergików	Skład z wyłączeniem alergenów
4.01.2021	śniadanie	Kasza manna na mleku Bułka z masłem, polędwica z indyka, ogórek herbata	1,7	Zupa mleczna- mleko 2%, kasza manna , morele suszone Bułka orkiszowa (mąka orkiszowa , razowa , pszenna , płatki pszenne , owsiane , otręby żytnie , woda, drożdże, sól), masło 82%, wędzona polędwica z indyka, ogórek Herbata, cukier
	obiad	Zupa grochowa z kielbaską Kurczak w sosie słodko- kwaśnym z warzywami i ryżem Ogórek kiszony Kompot wiśniowy	1,9	Zupa- żeberka wp, kielbasa podwawelska, groch, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , cebula, natka pietruszki, mąka pszenna , sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy Chleb regionalny (mąka pszenna , żytnia , kwas, drożdże, sól) II danie- filet kurczaka, papryka, marchew, pietruszka, por, seler , cebula, kukurydza, koncentrat pomidorowy, olej rzepakowy, mąka ziemniaczana, cytryna, olej rzepakowy, imbir, sól, pieprz, papryka słodka, ostra Ogórek kiszony Kompot- wiśnie, cukier
	podwieczorek	Bułka z masłem i dżemem mleko	1,7	Bułka śniadaniowa (mąka pszenna , drożdże, sól), masło 82%, dżem niskosłodzony Mleko 2%
5.01.2021	śniadanie	Płatki owsiane na mleku Bułka z masłem i serem żółtym, papryka Herbata owocowa	1,7	Zupa mleczna- mleko 2%, płatki owsiane , rodzynki Bułka grahamka (mąka żytnia , graham , pszenna , drożdż, sól), masło 82%, ser królewski, papryka Herbata owocowa, cukier
	obiad	Zupa z soczewicą Spaghetti bolognese Herbata miętowa	1,3,7,9	Zupa- żeberka wieprzowe, soczewica, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , por, cebula, natka pietruszki, koncentrat pomidorowy, sól, pieprz ziołowy, liść laurowy Spaghetti bolognese- makaron spaghetti (mąka durum , jaja), mięso wieprzowo- wołowe, marchew, pietruszka, por, seler , cebula, czosnek, pomidory pellati, koncentrat pomidorowy, ser żółty , olej rzepakowy, sól, pieprz, papryka słodka, zioła prowansalskie Herbata miętowa, cukier
	podwieczorek	Owoc Soczek owocowy		Banan Soczek owocowy (jabłko, pomarańcza, marchew, banan, brzoskwinia, gujawa, papaja, mango, marakuja, liczi, kiwi, limonka)
7.01.2021	śniadanie	Zupa mleczna z ryżem Bułka z masłem i pastą z twarogu i szynki, papryka, ogórek Herbata z cytryną	1,7	Zupa mleczna- mleko 2%, ryż Bułka żytnia (mąka żytnia , słonecznik, drożdże, siemię lniane, płatki owsiane), masło 82%, twaróg półtłusty, jogurt naturalny, papryka, ogórek, sól, pieprz Herbata, cytryna, cukier
	obiad	Krupnik jęczmienny Kotlet pożarski, ziemniaki z koperkim, surówka z białej kapusty Kompot wieloowocowy	1,3,9	Zupa- żeberka, kasza jęczmienna drobna, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , por, cebula, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy Kotlet pożarski- kurczak, cebula, czosnek, jaja , bułka śniadaniowa (mąka pszenna , drożdże, sól) bułka tarta pszenna , olej rzepakowy, natka pietruszki, sól, pieprz

				surówka z białej kapusty- kapusta biała, papryka, marchew, cebula, natka pietruszki, olej rzepakowy, ocet jabłkowy, sól, pieprz, cukier Kompot- mieszanka kompotowa, cukier
	podwieczorek	Bułka z masą miodową Owoc, Kompot truskawkowy	1,7	Bułka grahamka (mąka żytnia , graham , pszenna , drożdże, sól), masło 82%, miód banan Kompot- truskawki, cukier
8.01.2021	śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku Bułka z masłem, jajecznicą, pomidor herbata	1,3,7	Zupa mleczna- mleko 2%, kasza jęczmienna Bułka kukurydziana (mąka pszenna , kukurydziana, słonecznik, drożdże, sól), masło 82% , jaja , szczypior, pomidor Herbata, cukier
	obiad	Zupa pomidorowa z ryżem Mielony kotlet rybny Ziemniaki z koperkiem Surówka z kapusty kiszonej Kompot wielowocowy	1,3,4,7,9	Zupa- ryż, porcja rosółowa, marchew, pietruszka, seler , por, cebula, natka pietruszki, koncentrat pomidorowy, śmietana 18% , mąka pszenna , sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy Kotlet rybny- morszczuk , cebula, jaja , bułka tarta pszenna , sól, pieprz Ziemniaki, koper Surówka- kapusta kiszona, marchew, jabłko, cebula, natka pietruszki, oliwa, cukier Kompot- mieszanka owocowa, cukier
	podwieczorek	Baton Kompot śliwkowy	1,7	Baton (płatki owsiane , kukurydziana, mąka ryżowa, mleko w proszku, żurawina suszona, skórka pomarańczowa, miód, olej, tłuszcz kakaowy) Kompot- śliwki, cukier

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