

JADŁOSPIS 8-12.02.2021

DIETA OGÓLNA

| DATA | Rodzaj posiłku | MENU | Informacja dla alergików | Skład z wytluszczeniem alergenów |
|-----------------------------------|----------------------|---|--------------------------|--|
| poniedziałek 8.02.2021 | Śniadanie* | Kasza gryczana na mleku Bułka z masłem, ser żółty, papryka Herbata z cytryną | 1,7 | Zupa mleczna- mleko 2%, kasza gryczana Bułka grahamka (mąka żytnia , pszenna , mąka graham , drożdże, sól), masło 82%, ser żółty, papryka Herbata, cytryna, miód |
| | obiad | Zupa ziemniaczana z groszkiem Pieczeń wieprzowa z modrą kapustą Ziemniaki z koperkiem lemoniada | 1,7,9 | zupa- porcja rosółowa, ziemniaki, groszek zielony, marchew, pietruszka, seler , cebula, por, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, mąka pszenna II danie- schab, kapusta czerwona, rodzynki, morele, cebula, czosnek, cytryna, olej rzepakowy, sól, pieprz, papryka słodka Ziemniaki, koper Lemoniada- cytryny, miód |
| | Podwieczorek* | Budyń czekoladowy owoc | 7 | Budyń- mleko 2%, mąka ziemniaczana, cukier, kakao winogron |
| wtorek 9.02.2021 | Śniadanie* | Płatki kukurydziane na mleku Bułka z masłem, jajecznica, pomidor herbata | 1,3,7 | Zupa mleczna- mleko 2%, płatki kukurydziane Bułka kukurydziana (mąka, pszenna , kukurydziana, słonecznik, drożdże, sól), masło 82%, jaja, pomidor Herbata, cukier |
| | obiad | Zupa kalafiorowa Sznycel z indyka w sosie paprykowym Kasza jęczmienna Surówka z białej kapusty Kompot z czerwonej porzeczki | 1,7 | Zupa- porcja kurczaka, kalafior, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , por, cebula, koper, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, śmietana 18%, mąka pszenna II danie- filet indyka, papryka, marchew, pietruszka, natka pietruszki, czosnek, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna , olej rzepakowy, sól, pieprz, tymianek, papryka Kasza jęczmienna Surówka- kapusta biała, marchew, cebula, chrzan, majonez , ocet jabłkowy, sól, cukier Kompot- porzeczka czerwona, cukier |
| | Podwieczorek* | Talerz owoców Wafle ryżowe | | Jabłko, banan, mandarynka ryż |
| środa 10.02.2021 | Śniadanie* | Płatki owsiane na mleku z rodzynkami Bułka z masłem, polędwica z indyka, ogórek kiszony Herbata owocowa | 1,7 | Zupa mleczna- mleko 2%, płatki owsiane , rodzynki Bułka grahamka (mąka żytnia , pszenna , mąka graham , drożdże, sól), masło 82%, polędwica z indyka, ogórek kiszony Herbata owocowa, cukier |
| | obiad | Barszcz czerwony niezabielany Pierogi ruskie ze skwarkami Surówka z kapusty pekińskiej, papryki i oliwy Kompot wieloowocowy | 1,3,7,9,10 | Barszcz- żeberka, buraki, marchew, pietruszka, seler , cebula, por, czosnek, ocet jabłkowy, sól, pieprz, majeranek, ziele angielskie, liść laurowy Pierogi- mąka pszenna , jaja , twaróg , cebula, boczek wędzony, słonina, olej rzepakowy, sól, pieprz Surówka- kapusta pekińska, papryka, ogórek, szczypiior, rzodkiewka, koper, natka pietruszki, czosnek, musztarda , ocet jabłkowy, oliwa, sól, pieprz, cukier, oregano Kompot- mieszanka owocowa, cukier |
| | Podwieczorek* | Ciasto drożdżowe z jabłkami mleko | 1,3,7 | Ciasto- mąka pszenna , jaja , masło 82%, mleko 2%, cukier, drożdże, jabłko Mleko 2% |
| czwartek | Śniadanie* | Kasza manna na mleku z bananami | 1,7 | Zupa mleczna- mleko 2%, kasza manna , banan |

| | | | | |
|-----------------------------|----------------------|---|-----------|--|
| 11.02.2021 | | Bułka z masłem, szynka, pomidor Herbata owocowa | | Bułka orkiszowa (mąka orkiszowa, razowa, pszenna , woda, drożdże, płatki pszenne, owsiane, żytnie , sól), masło 82%, szynka wieprzowa, pomidor Herbata owocowa, cukier |
| | obiad | Rosół domowy z makaronem i natką pietruszki Kurczak tandori z ryżem Marchewka z groszkiem duszona Kompot wiśniowy | 1,3,7, | zupa- porcja kurczaka, marchew, pietruszka, seler , por, cebula, natka pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz, makaron (mąka pszenna durum, jaja), Kurczak- podudzie, jogurt naturalny, czosnek, kolendra, curry, tymianek, papryka słodka, sól, pieprz ryż Marchewka, groszek zielony, masło 82%, mąka pszenna Kompot- wiśnia, cukier |
| | Podwieczorek* | pączek Woda z cytryną | 1,3 | Mąka pszenna, jaja , cukier, drożdże, olej, dżem cytryna |
| Piątek 12.02.2021 | Śniadanie* | Płatki ryżowe na mleku z morelami Bułka z masłem, pasta z twarogu i szynki z warzywami Herbata | 1,7 | Zupa mleczna- mleko 2%, płatki ryżowe, morele Bułka prymusa (mąka żytnia , słonecznik, siemię lniane, płatki owsiane , drożdże), masło 82%, twaróg półtłusty, szynka, śmietana 18%, papryka, ogórek Herbata, cukier |
| | obiad | Zupa pomidorowa z makaronem Ryba panierowana z pieca Ziemniaki puree Surówka z kapusty kiszzonej z marchewką i jabłkiem Kompot śliwkowy | 1,3,4,7,9 | Zupa –porcja kurczaka, makaron (mąka pszenna durum, jaja), marchew, pietruszka, seler , por, cebula, śmietana 18%, mąka pszenna , sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy II danie- morszczuk , mąka pszenna, jaja , bułka pszenna tarta, sól, pieprz Ziemniaki Surówka- kapusta kiszona, marchew, jabłko, cebula, natka pietruszki, oliwa, sól, cukier, pieprz Kompot- śliwka, cukier |
| | Podwieczorek* | Kisiel truskawkowy Baton zbożowy | 1,7 | Kisiel- truskawki, mąka ziemniaczana, cukier Baton- płatki owsiane , kukurydziana, mąka ryżowa, mleko w proszku, żurawina suszona, skórka pomarańczowa, miód, olej, tłuszcz kakaowy |

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