



JADŁOSPIS DLA PRZEDSZKOLA

DATA	I ŚNIADANIE	OBIAD I Danie	OBIAD II Danie	PODWIECZOREK
29.04 Poniedziałek	Chleb dyniowy (pszenica) 50g masło (mleko) 5g, jajecznic 30g, szczypiorek, pomidor malinowy, roszponka 50g. Kawa zbożowa (jęczmień, żyto) na mleku 2% 200g.	Kapuśniak z ziemniakami i kiełbasą wieprzową (woda, marchew, pietruszką, seler , ziemniaki, kapusta kiszona, kiełbasa wieprzowa (gorczyca), przyprawy) 250g.	Pierogi ruskie 4szt. 170g (mąka pszenna , woda, ziemniaki, twaróg półtłusty (mleko), cebula, czosnek, sól, olej rzepakowy) ze śmietaną 12% i (mleko) i cebulką 20g, surówka z marchewki i jabłka z oliwą 80g. Kompot wieloowocowy 150g.	Kruche ciasto z jabłkami i rabarbarem wyr. własny (mąka pszenna , masło (mleko), jajko , cukier, jabłka, cynamon, rabarbar) 40g. Herbata owoce leśne 150g.
30.04 Wtorek	Płatki owsiane na mleku 2% 200g. Chleb razowy (gluten) 35g z masłem (mleko) 4g, wędlina drobiowa (gorczyca) 25g, ogórek zielony, papryka żółta 50g. Herbata żurawinowa 150g.	Zupa jarzynowa z dodatkiem kaszy jaglanej (woda, marchew, pietruszką, seler , ziemniaki, kasza jaglana, mleko , przyprawy) 250g.	Kotlet siekany (filet z kurczaka, jaja , ser żółty (mleko), cebula, brokuł, przyprawy) 65g, ziemniaki puree (mleko) 100g, surówka z czerwonej kapusty z cebulą, jabłkiem, marchewką, koperkiem i olejem rzepakowym 100g. Kompot agrestowy 150g.	Budyń z kakao i polewą malinową (mleko , skrobia ziemniaczana, kakao, cukier, maliny) 200g.
01.05 Środa	Święto Pracy			
02.05 Czwartek	Chleb graham (mąka pszenna) 50g, z masłem (mleko) 4g, pasta z tuńczyka (tuńczyk (ryby) w sosie własnym, jaja , ogórek kiszony, majonez, szczypiorek) 35g. Sałata strzypiasta, rzodkiewka 50g. Kakao na mleku 200g.	Zupa gulaszowa (woda, seler , karkówka wieprzowa, marchew, ziemniaki, cebula, pietruszką, pomidory, olej rzepakowy) 250g.	Racuchy drożdżowe (mąka pszenna , mleko , jaja , jabłka, drożdże, cukier, olej rzepakowy) 120g z dodatkiem waniliowego serka (mleko) 60g Gruszka 50g. Kompot brzoskwiniowy 150g.	Mus owocowy – wyrób gotowy 100g. Biszkopty (pszenica) 10g.
03.05 Piątek	Święto uchwalenia Konstytucji 3 maja			

Zastrzegamy sobie prawo zmian w jadłospisie z przyczyn losowych lub technologicznych. Substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji zaznaczono wg załącznika II Dziennika Urzędowego Unii Europejskiej L 304/43. W kuchni szkolnej używa się: zboża zawierające gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasiona sezamu, orzechy. Każda potrawa może zawierać wyżej wymienione alergeny w podawanych potrawach. Szczegółowy wykaz składników w potrawach dostępny u dietetyka/intendenta. Dzieci na dietach mają dostosowany jadłospis do indywidualnych potrzeb zdrowotnych. Jadłospis opracowany jest dla dzieci o zapotrzebowaniu energetycznym na 1050 kcal, co stanowi 75% zapotrzebowania energetycznego w ciągu doby.

