

# Jadłospis 10.10.2022-14.10.2022

**UWAGA:** poszczególne pozycje jadłospisu mogą ulegać zmianom wynikającym z powodów asortymentowych i organizacyjnych

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
Poniedziałek 10.10.2022	Płatki orkiszowe na mleku (1,3) kawiarka z masłem (1,3), i konfiturą brzoskwiową Herbata z cytryną, owoce	Zupa z fasolki szparagowej (3,5) (na wywarze mięsno-warzywnym), Racuchy z jabłkami (1,2,3) Kompot truskawkowy	Chleb razowy ze słonecznikiem z masłem (1,3), szynka wieprzowa pomidor, ogórek herbata miętowa
Wtorek 11.10.2022	Bułka kajzerka z masłem (1,3) twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (3), Kakao (3) herbata z cytryną, owoce	Zupa krupnik (1,3,5) (na wywarze mięsno-warzywnym), Gulasz wieprzowy (1,3) Ziemniaki (3) Ogórek słupki, Kompot wiśniowy	Budyń waniliowy z musem owocowym (3) kawiarka z masłem (1,3)
Środa 12.10.2022	Płatki ryżowe na mleku (1,3) kawiarka z masłem (1,3) i miodem akacjowym Herbata z cytryną, owoce	Rosół z makaronem (1,2,5) Potrawka z kurczaka (1,3) z warzywami i ryżem parabolicznym, Kompot truskawkowy	Chleb pszenno-żytni z masłem (1,3), parówka z ketchupem papryka kolorowa, herbata z cytryną
Czwartek 13.10.2022	Chleb wiejski z masłem (1,3) szynka drobiowa, ogórek, rzodkiewka, Kawa z mlekiem (3) Herbata z cytryną, marchewka słupki	Zupa dyniowa krem z groszkiem ptysiowym z pestkami dyni (1,2,3,5) (na wywarze mięsno-warzywnym), Makaron kolorowy z białym serem (1,3) Kompot truskawkowy	Muffinki dyniowe (1,2,3) (wyrób własny) Surówka z marchewki, jabłka z ananasem i słonecznikiem (3) Herbata owocowa z pomarańczą
Piątek 14.10.2022	Zacierka na mleku (1,3) kawiarka z masłem (1,3), konfiturą truskawkową, Herbata z cytryną, owoce	Zupa jarzynowa (3,5) (na wywarze mięsno-warzywnym), Kotlet rybny (1,2,8), Ziemniaki (3) Surówka z kiszonej kapusty i marchewki (3) Kompot jabłkowy z maliną	Bułka grahamka z masłem (1,3) jajko na twardo (2), rolada ustrzycka (3), ogórek, pomidor, Herbata z cytryną

**Wywar mięsno-warzywny: Składniki :** marchew, por, pietruszka korzeń, seler korzeń (5), cebula, natka pietruszki, lubczyk, **mięso:** drób, wieprzowina lub wołowina, do produkcji wywaru użyto mieszanki przypraw,

**Do przygotowywania potraw w przedszkolu tj. zup, gulaszu, sosów, zapiekanek, używane są przyprawy zawierające śladowe ilości alergenów (1,2,3,4,5,6,7,11,12)**

**Substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji:**

1. **Zboża zawierające** gluten (pszenica, żyto, pszenżyto, orkisz, jęczmień, owies oraz produkty pochodne),
2. **Jajka** i produkty pochodne,
3. **Mleko** i produkty pochodne (łącznie z laktozą),
4. **Soja** i produkty pochodne,
5. **Seler** i produkty pochodne,
6. **Orzechy ziemne** (arachidowe) i produkty pochodne,
7. **Orzechy** (migdały, orzechy laskowe, włoskie, nerkowce, orzechy pekan, brazylijskie oraz pochodne),
8. **Ryby** i produkty pochodne,
9. **Skorupiaki** i produkty pochodne,
10. **Mięczaki** i produkty pochodne,
11. **Musztarda, gorczyca** i produkty pochodne,
12. **Ziarna sezamu** i produkty pochodne, **13. Dwutlenek siarki** (siarczany, E 220 – E 227) stężeniu powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/l dla produktów w postaci gotowej do spożycia lub przygotowane do spożycia zgodnie z instrukcjami wytwórców,
14. **Łubin** i produkty pochodne