

Jadłospis 11.04.2023 - 14.04.2023

Norma żywieniowa dzieci w przedziale wiekowym 3-6 lat: 1400 kcal,

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
Poniedziałek 11.04.2023	Poniedziałek Wielkanocny		
Wtorek 12.04.2023	Płatki jęczmienne na mleku 2 % (200ml) (1,3), kawiarka(30g) z masłem(5g) (1,3) i miodem lipowym(15g) Herbata z cytryną i miodem(150ml) jabłko(10g), melon(10g), pistacje(10g)	Zupa jarzynowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 18%(200ml) (3,5) (na wywarze drobiowo-warzywnym) Makaron z polewą(200g) (1,2,3) Kompot truskawkowy(150ml)	Chleb pszenno-żytni(35g) z masłem(5g) (1,3) Filet z indyka(20g), pomidor(20g),kiełki(5g) Herbata miętowo-jabłkowa (150ml),
Sroda 13.04.2023	Bulka grahamka(25g) z masłem(5g) (1,3) ser żółty(20g) (3), pomidor malinowy(20g), ogórek(20g) Kawa zbożowa na mleku 2%(150ml) (1,3) ananas(10g), winogrona(10g), banan(10g) Herbata z cytryną i miodem (150ml),	Zupa grysikowa na rosole(200ml) (1,5) Nugetsy z kurczaka(80g) (1,2) ziemniaczki pieczone(150g) (3) surówka z Coleslav(120g) (3) Kompot jabłkowy z somiem malinowym i goździkami(150ml)	Gruszka z frużeliną(150g) (1) i płatkami migdałowymi(20g) (7) paluch (25g) (1,3) herbata owocowa (150ml)
Czwartek 14.04.2023	Płatki orkiszowe na mleku 2 % (200ml) (1,3), kawiarka(30g) z masłem(5g) (1,3) i konfiturą truskawkową(15g) Herbata z cytryną i miodem(150ml) kiwi(10g), ananas(10g), pomarańcza(10g)	Barszcz czerwony z ziemniakami zabieleny śmietaną 30% (200ml) (1,3,5) (na wywarze wieprzowo-warzywnym), Kopytka z boczkiem i cebulką(100g) (1,2) Kompot śliwkowy(150ml)	Chleb razowy z dynią (35g) z masłem(5g) (1,3) pasta mięsna z ogórkiem kiszonym(30g) (11) Jabłko(20g)
Piątek 15.04.2023	Bulka kajzerka(25g) z masłem (5g) (1,3), twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem(30g) (3) Kakao z mlekiem 2%(200ml) (3) herbata z cytryną i miodem(150ml), pomarańcza(10g), banan(10g), kiwi(10g)	Zupa krupnik z ziemniakami zabieleną śmietaną 18%(200g) (3,5) (na wywarze wieprzowo-warzywnym) Kotlet rybny(200g) (1,2,8) ziemniaki(150g) (3) surówka z białej rzodkwi (60g) Kompot wiśniowy(150ml)	Chleb wiejski(35g) z masłem(5g) (1,3) pasta jajeczna(30g) (2) pomidorki koktajlowe(20g) Herbata z cytryną i miodem (150ml), melon (30g)

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, (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