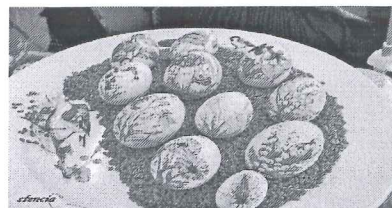


Jadłospis 03.04.2023 - 07.04.2023

Poznajemy Wielkanocne Smaki



Norma żywieniowa dzieci w przedziale wiekowym 3-6 lat: 1400 kcal,
 Jadłospis przedszkolny obejmuje 75% dziennego zapotrzebowania na energię tj. 1050 kcal.

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
Poniedziałek 03.04.2023	Bułka kajzerka(25g) z masłem(5g) (1,3), pasta z twarogu z brzoskwiniami(30g) (3), Kakao z mlekiem 2%(200g) (1,3) herbata z cytryną i miodem(200ml) melon(10g), jabłko(10g), żurawina(10g)	Zupa kalafiorowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 18%(200ml) (3,5) (na wywarze drobiowo-warzywnym) Racuchy wytrawne z szynką i serem mozzarella(200g) (1,2,3) Kompot truskawkowy(150ml)	Jajko w sosie tatarskim(80g) (2,3) kawiarka(30g) z masłem(5g) (1,3) herbata z cytryną z sokiem malinowym(150ml)
Wtorek 04.04.2023	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), banan(10g), mandarynka(10g)	Zupa wiejska z makaronem i ziemniakami (200ml) (1,3,5) (na wywarze wieprzowo-warzywnym), Pieczeń rzymska w sosie pieczeniowym(100g) (2,3) ziemniaki(150g) surówka z czerwonej kapusty z rodzynekami(60g) (3) Kompot jabłkowy z goździkami i sokiem malinowym(150ml)	Chleb pszenno-żytni(35g) z masłem(5g) (1,3) Biała kiełbaska na ciepło z ketchupem(100g),(5) Jabłko Herbata miętowa (150ml),
Środa 05.04.2023	Chleb wiejski(35g) z masłem (5g) (1,3), Szynka Swojska (20g) ogórek(20g), rzodkiewka(20g) Kawa z mlekiem 2%(150ml) (1,3) Herbata z cytryną i miodem(150ml) gruszka(10g), jabłko(20g), kiwi(10g)	Żurek z jajkiem, kiełbaską i ziemniakami zabieleny śmietaną 30%(200ml) (1,2,3,5) (na wywarze wieprzowo-warzywnym) Lazania(200g) (1,3) Kalarepa paski(20g) Kompot śliwkowy(150ml)	Babka wielkanocna(60g) (1,2,7) Kawiarka(25g) z masłem(5g) (1,3) Herbata owocowa z pomarańczą(150ml)
Czwartek 06.04.2023	Płatki ryżowe na mleku 2 % (200ml) (1,3), kawiarka(30g) z masłem(5g) (1,3) i miodem wielokwiatowym (15g) Herbata z cytryną i miodem(150ml) banan(10g), gruszka(10g), kiwi(10g)	Zacierka na rosole(200g) (1,5) Filet z kurczaka panierowany(100g) (2,3) ziemniaki z koperkiem(150g) surówka z marchewki z jabłek z ananasem(60g) (3) Kompot jabłkowy z goździkami i sokiem malinowym(150ml)	Wielkanocna Pasha(60g) (3,7) (wyrób własny) Herbata z cytryną i miodem (150ml),
Piątek 07.04.2023	Kawiarka(25g) z masłem (5g) (1,3), Czekodzem(30g) (wyrób własny) (3), Kawa z mlekiem 2%(200ml) herbata z cytryną i miodem(150ml), jabłko(30g), melon(20g)	Zupa krem z białych warzyw z groszkiem ptysiowym (200ml) (3,5) (na wywarze wieprzowo-warzywnym), Jajko w sosie chrznowo-musztardowym (80g) (2,3) ziemniaki (150g) (3) surówka z ogórków kiszonych i marchewki(60g) Kompot truskawkowy(150ml)	Mus owocowo-warzywny rogal maślany(25g) z masłem(5g) (1,2,3) herbata z cytryną i sokiem malinowym(150ml)

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

Substancje lub produkty powodujące alergię lub reakcje nietolerancji:

- Zboża zawierające gluten (pszenica, żyto, pszenżyto, orkisz, jęczmień, owies oraz produkty pochodne),
- Jajka i produkty pochodne,
- Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą),
- Soja i produkty pochodne,
- Seler i produkty pochodne,
- Orzechy ziemne (arachidowe) i produkty pochodne,
- Orzechy (migdały, orzechy laskowe, włoskie, nerkowce, orzechy pekan, brazylijskie oraz pochodne),
- Ryby i produkty pochodne,
- Skorupiaki i produkty pochodne,
- Mięczaki i produkty pochodne,
- Musztarda, gorczyca i produkty pochodne,
- Ziarna sezamu i produkty pochodne,
- 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,
- Łubin i produkty pochodne