

Jadłospis 31.07.2023

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 31.07.2023	Płatki ryżowe mleku 2%(200ml) (1,3), kawiarka (30g), z masłem (5g), konfitura truskawko (5g),herbata z cytryną i sokiem (150ml), gruszka (10g), melon(10g), ananas (10g)	Zupa brokułowa(200ml) (3,5) (na wywarze drobiowo-warzywnym) makaron z serem(150g(1,3)) kompot truskawkowy(150ml)	Chleb pszenno-żytni(40g) z masłem(5g)(1,3), ser żółty(20g),pomidor(20g), herbata z cytryną(150ml), jabłko(10g)

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:

- 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