

# Jadłospis przedszkole 66

29.11-03.12.2021

DATA	MENU	
Poniedziałek	Śniadanie	Ser żółty(30 g), chleb słonecznikowy( <u>mąka pszenna, mąka żytnia</u> ) (50 g), <u>masło</u> (z mleka, laktoza) (5 g), pomidor (10 g), herbata malinowa(200 ml) <i>Do chrupania-jabłko</i>
	Zupa (300ml)	Zupa brokułowa z kluseczkami ( marchew, pietruszka, <u>seler</u> , por, brokuł, oliwa z oliwek, <u>śmietana</u> 22 %, makaron muszelki <u>pszenny</u> , zielona pietruszka, sól)
	II danie	Wieprzowina w sosie słodko-kwaśnym(szynka b/k, <u>mąka pszenna</u> , cebula, czosnek, papryka, marchew, ananas, miód, sok cytryny, pomidory pelati, olej roślinny, sól) (80 g), ryż(100 g), woda mineralna(200 ml)
	Podwieczorek	Kisiel truskawkowy(truskawki, mąka ziemniaczana, cukier)(150 ml), palki kukurydziane(20 g)
Wtorek	Śniadanie	Płatki <u>owsiane</u> na <u>mleku</u> (150 ml), bułka kajzerka( <u>mąka pszenna</u> ) 1 szt., <u>masło</u> ( z mleka, laktoza)(5 g), dżem malinowy(20 g), herbata z cytryną (200 ml) <i>Do chrupania-mandarynka</i>
	Zupa (300ml)	Barszcz biały z ziemniakami(marchew, pietruszka, <u>seler</u> , por, zakwas barszczu białego, biała kielbasa, ziele angielskie, liść laurowy, ziemniaki, <u>śmietana</u> 22%(z mleka, laktoza), zielona pietruszka, koperek, sól)
	II danie	Pieczeń rzymska w sosie pomidorowo-paprykowym( łopatka, <u>jajko</u> , <u>bułka pszenna</u> , <u>mąka pszenna</u> , cebula, czosnek, olej roślinny, marchew, pomidory, papryka, <u>śmietana</u> 18%(z mleka, laktoza), sól) (80 g), kasza <u>bulgur</u> (100 g), surówka z selera z jabłkiem z jabłkiem ( <u>seler</u> , jabłko, <u>jogurt</u> naturalny, sok z cytryny, cukier)(80 g), kompot(200 ml)
	Podwieczorek	Chałka( <u>mleko</u> , <u>jajka</u> , <u>mąka pszenna</u> ) z <u>masłem</u> , <u>jogurt naturalny</u> (150 ml)
Środa	Śniadanie	Filet z indyka (30 g), chleb krakowski( <u>mąka pszenna</u> ) (50 g), <u>masło</u> (z mleka, laktoza) (5 g), zielona sałata (5 g), herbata malinowa(200 ml) <i>Do chrupania-gruszka</i>
	Zupa (300ml)	Kremowa zupa z dyni z grzankami( marchew, pietruszka, <u>seler</u> , por, dynia, <u>masło</u> , cebula, czosnek, grzanki <u>pszenne</u> , zielona pietruszka, imbir, cynamon, sól)
	II danie	Naleśniki z twarogiem waniliowym( mąka <u>pszenna</u> , <u>jajka</u> , <u>mleko</u> , <u>ser biały</u> półtłusty, <u>śmietana</u> 18 %, wanilia, cukier) 2 szt., polewa <u>jogurtowa</u> z truskawkami(z mleka, laktoza)(50 g), kompot (200 ml)
	Podwieczorek	Chleb słonecznikowy( <u>mąka pszenna</u> , <u>mąka żytnia</u> ) z <u>masłem</u> (z mleka, laktoza), polędwicą sopołą, zielonym ogórkiem(60 g), herbata z owoców leśnych(200 ml)
Czwartek	Śniadanie	Pasta z <u>twarogu</u> i szynki ze szczypiorkiem(30 g), chleb wiejski( <u>mąka pszenna</u> ) (50 g), <u>masło</u> (z mleka, laktoza)(5 g), rzodkiewka (10 g), kakao z <u>mlekiem</u> 2%(200 ml) <i>Do chrupania-marchewka</i>
	Zupa (300ml)	Zupa ogórkowa z ryżem( marchew, pietruszka, <u>seler</u> , por, koperek, ogórek kiszony, ryż, <u>śmietana</u> 22% (laktoza, białka mleka),oliwa z oliwek, zielona pietruszka, sól)
	II danie	Pieczone udka z kurczaka(palka z kurczaka, cebula, papryka, olej roślinny, czosnek, sól), ziemniaki (100 g), buraczki na ciepło(buraki, <u>śmietana</u> 18 %, <u>masło</u> , <u>mąka pszenna</u> , sok z cytryny, cukier)(80 g), kompot(200 ml)
	Podwieczorek	Babka zebra( <u>mąka pszenna</u> , <u>jajka</u> , <u>laktoza</u> )(60 g), herbata z cytryną(200 ml)
Piątek	Śniadanie	Parówki z szynki 1 1/2 szt., weka( <u>mąka pszenna</u> )(50 g), <u>masło</u> ( z mleka, laktoza)(5 g), ketchup(10 g), herbata z cytryną (200 ml) <i>Do chrupania-jabłko</i>
	Zupa (300ml)	Zupa pomidorowa z kaszą jaglaną( marchew, pietruszka, <u>seler</u> , por, koncentrat pomidorowy, kasza jaglana, <u>śmietana</u> 22%(laktoza), oliwa z oliwek, koperek, zielona pietruszka, sól)
	II danie	Miruna panierowana ( <u>miruna</u> , <u>mąka pszenna</u> , <u>jajko</u> , <u>mleko</u> , bułka tarta <u>pszenna</u> , olej roślinny, sól) (80 g), ziemniaki (100 g), surówka z kapusty kiszonej(80 g), kompot(200 ml)
	Podwieczorek	Chleb razowy( <u>mąka pszenna</u> , <u>mąka żytnia</u> ) z <u>masłem</u> (z mleka, laktoza), <u>jajkiem</u> , pomidorem (60 g), herbata malinowa(200 ml)
	uwagi	Planowane owoce mogą ulec zmianie ze względu na zmiany cenowe

Smacznego

Catering „Młyńskie Danie”

Opracowała: dietetyk Anna Oczkoś

\* Tłustą czcionką zostały zaznaczone alergeny zgodnie z Rozporządzeniem UE Nr 1169/2011 z dnia 13 grudnia 2014 r.