

Jadłospis przedszkole 66

11-15.04.2022

DATA	MENU	
Poniedziałek	Śniadanie	Pasta z sera białego z tuńczykiem i szczypiorkiem(ser biały półtłusty (z mleka, laktoza), tuńczyk (ryby) w sosie własnym, jogurt naturalny (z mleka, laktoza), szczypiorek, sól) (30 g), chleb słonecznikowy(gluten, mąka pszenna, mąka żytnia) (50g), masło (z mleka, laktoza)(5 g), herbata z cytryną (200ml) Zdrowa przekąska-jabłko
	Zupa (300ml)	Zupa grysikowa(porcja rosółowa z kurczaka, marchew, pietruszka, seler, por, kasza manna pszenna, pietruszka zielona, sól)
	II danie	Kurczak w sosie śmietanowo – brokułowym(pieś z kurczaka, brokuły, mąka pszenna, czosnek, śmietana 18 %, cebula, olej roślinny, sól)(80 g), kuskus(150 g), woda mineralna (200 ml)
	Podwieczorek	Chleb wiejski(gluten, mąka pszenna) z masłem (z mleka, laktoza), roladą serową , zieloną sałatą (60 g), herbata malinowa(200 ml)
Wtorek	Śniadanie	Kielbasa szynkowa(30 g), chleb wiejski(gluten, mąka pszenna) (50 g), masło (z mleka, laktoza) (5 g), papryka(10 g), kawa z mlekiem 2%(200 ml) Zdrowa przekąska – słupki marchewki
	Zupa (300ml)	Zupa koperkowa z zacierką (pietruszka, seler, por, koperek, zacierka(mąka pszenna, jajka), śmietana 22%(z mleka, laktoza), oliwa z oliwek, zielona pietruszka, sól)
	II danie	Sznyceł wieprzowy (topatka /k, jajko, czosnek, bułka pszenna, bułka tarta pszenna, cebula, olej roślinny, sól) (80 g), ziemniaki(100 g), colesław(kapusta biała, marchew, chrzan, majonez(jajka), sok z cytryny, cukier, sól) (80 g), kompot(200 ml)
	Podwieczorek	Galaretkę malinową, wafel ryżowy(30 g)
Środa	Śniadanie	Szynka naturalna (30 g), bułka kajzerka(gluten, mąka pszenna) 1 szt, masło (z mleka, laktoza) (5 g), pomidor(10 g), herbata z cytryną(200 ml) Zdrowa przekąska - gruszka
	Zupa (300ml)	Zupa z zielonego groszku z ryżem(marchew, pietruszka, seler, por, zielony groszek, ryż, śmietana 22 %, oliwa z oliwek, pietruszka zielona, sól)
	II danie	Kopytka na słodko z masłem i bułką tartą(mąka pszenna, jajka, masło, bułka tarta pszenna, ziemniaki, cukier)(200 g), tarta marchew z sokiem pomarańczowym(70 g), kompot (200 ml)
	Podwieczorek	Chleb razowy(gluten, mąka pszenna, mąka żytnia) z masłem (z mleka, laktoza), pastą z jajka z zieloną cebulką(jajka, majonez(jajka), jogurt naturalny, zielona cebulka, sól)(60 g), herbata owocowa(200 ml)
Czwartek	Śniadanie	Platki cynamonowe z mlekiem (150 ml), chleb krakowski (gluten, mąka pszenna)(40 g), masło (z mleka, laktoza) (5 g), dżem truskawkowy(20 g), herbata malinowa(200 ml) Zdrowa przekąska - banan
	Zupa (300ml)	Zupa ziemniaczana(marchew, pietruszka, seler, por, ziemniaki, kielbasa podwawelska, oliwa z oliwek, cebula, majeranek, mąka pszenna, pietruszka zielona, sól)
	II danie	Rolada indyjska z warzywami w sosie własnym(pieś z indyka, marchew, ogórek kiszony, papryka, mąka pszenna, cebula, czosnek, olej roślinny, sól) (80 g), kasza jęczmienna (100 g), ogórek kiszony (50 g) kompot (200 ml)
	Podwieczorek	Maślanka owocowa(150 g), bułeczka drożdżowa(gluten, jajka, mleko) z masłem (40 g))
Piątek	Śniadanie	Pasta twarogowa ze szczypiorkiem(ser biały półtłusty, jogurt naturalny, szczypiorek, sól) (30 g), chleb wieloziarnisty(gluten, mąka pszenna, mąka żytnia)(50 g), rzodkiewka(10 g), masło (z mleka, laktoza) (5 g), herbata z cytryną (200 ml) Zdrowa przekąska - gruszka
	Zupa (300ml)	Zupa pomidorowa z kluseczkami(marchew, pietruszka, seler, por, koncentrat pomidorowy, makaron muszelki pszenny, śmietana 22%(z mleka, laktoza), zielona pietruszka, sól)
	II danie	Ryż(120) zapiekany z jabłkami(50 g) i polewą jogurtowo-śmietanową(30 g) (ryż, masło (z mleka, laktoza), jabłka, śmietana 18% (z mleka, laktoza), jogurt naturalny, śmietana 18 %, cukier, cynamon, wanilia), kompot(200 ml)
	Podwieczorek	Ciasto jogurtowe z brzoskwiniami(gluten, jajka, mleko), herbata z cytryną (200 ml)
	uwaga	Planowane owoce mogą ulec zmianie ze względu na zmiany cenowe

Smacznego

Catering „Młyńskie Danie”

Opracowała: dietetyk Anna Oczkoś

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