

DZIEŃ TYGODNIA	I ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK	PŁATKI KUKURYDZIANE Z MLEKIEM, JABŁKO 1. Płatki kukurydziane 2. Mleko 3. Jabłko <i>Alergeny: mleko (7)</i>	CHLEB MIESZANY Z MASŁEM I POWIDŁAMI, BAWARKA 1. Chleb mieszany 2. Masło 3. Powidła 4. Herbata czarna 5. Mleko <i>Alergeny: mleko (7) gluten (1)</i>	I danie: kremik jarzynowy (250 ml) (marchew, pietruszka, por, seler, ziemniaki, sól,) <i>Alergeny: seler</i> <i>Składniki odżywcze: białko 8g, węglowodany 17g, tłuszcze 4,45 g, wartość energetyczna: 140 kcal</i> II danie: pyzy, sos pieczeniowo-pieczarkowy, buraczki (pyzy 80g, sos 50g, buraki 50g) (kości drobiowe, cebulka, pieczarki, pyzy, buraczki, cukier, sól) <i>Alergeny: gluten</i> <i>Składniki odżywcze: białko 21g, węglowodany 22,5g, tłuszcze 7,1g, wartość energetyczna: 180 kcal</i>	JABŁKO I GRUSZKA Z CHRUPKAMI KUKURYDZIANYMI 1. Jabłko 2. Gruszka 3. Chrupki kukurydziane <i>Alergeny: -</i>
WTOREK	CHLEB MIESZANY, MASŁO, SCHAB PIECZONY, SZYNKA WIEPRZOWA, SER ŻÓŁTY GOUDA, SAŁATA LODOWA, POMIDOR, OGÓREK ZIELONY, PAPRYKA, HERBATA OWOCOWA 1. Chleb mieszany 2. Masło 3. Schab pieczony 4. Szynka wieprzowa 5. Ser żółty gouda 6. Pomidor 7. Sałata lodowa 8. Ogórek zielony 9. Papryka 10. Herbata owocowa <i>Alergeny: gluten (1) gorczyca (1)</i>	CHLEB WASA Z PASZTETEM Z INDYKA, SEREM ŻÓŁTYM GOUDA I OGÓRKIEM KISZONYM 1. Chleb wasa 2. Pasztet z indyka 3. Ser żółty gouda 4. Ogórek kiszony <i>Alergeny: -</i>	I danie: rosolniczek (250 ml) (włoszczyzna kostka, kasza manna, sól, pieprz, lubczyk, przyprawa Smak Natury) <i>Alergeny: gluten, seler</i> <i>Składniki odżywcze: białko 9 g, węglowodany 22,5g, tłuszcze 7,1g, wartość energetyczna: 180 kcal</i> II danie: zakręcone bolognese z groszkiem (makaron 70g, mięsny sos 100g) (mięso-łopatka wieprzowa, koncentrat pomidorowy, groszek, cebula, czosnek, pieprz, sól, oregano, makaron z pszenicy durum) <i>Alergeny: gluten, jaja</i> <i>Składniki odżywcze: białko 21g, węglowodany 51g, tłuszcze 11g, wartość energetyczna: 387 kcal</i>	MLEKO WANILIOWE, JABŁKO 1. Mleko 2. Cukier waniliowy 3. Jabłko <i>Alergeny: mleko (7)</i>
ŚRODA	FRANKFURTERKA, CHLEB MIESZANY, MASŁO, KETCHUP ŁAGODNY, KAKAO 1. Frankfurterka 2. Chleb mieszany 3. Masło 4. Ketchup łagodny 5. Kakao <i>Alergeny: mleko (7) gluten (1)</i>	CHLEB MIESZANY Z MASŁEM ORZECHOWYM/ DŻEM OWOCOWY 1. Chleb mieszany 2. Masło orzechowe 3. Dżem owocowy <i>Alergeny: orzechy (8) gluten (1)</i>	I danie: kapuśniaczek (250ml) (wywar jarzynowy, ziemniaki, cebula, kapusta biała, czosnek, pieprz, napar z ziele angielskiego i liścia laurowego, Smak Natury, majeranek) <i>Alergeny: seler</i> <i>Składniki odżywcze: białko 9g, węglowodany 20g, tłuszcze 4,8 g, wartość energetyczna: 160 kcal</i> II danie: gulasz z indyka z warzywami, kasza perłowa kasza 100g, mięsny sos z warzywami 100g) (kasza perłowa, indyk, marchew, pietruszka, czosnek, cebula, czosnek, pieprz, sól, majeranek, seler, jaja) <i>Alergeny: seler, jaja</i> <i>Składniki odżywcze: białko 8 g, węglowodany 21,75g, tłuszcze 7,8g, wartość energetyczna: 190 kcal</i>	SOK POMARAŃCZOWY 100%, PALUSZKI NIESOLONE I BRZOSKWINIA/ MANDARYNKA 1. Sok pomarańczowy 2. Brzoskwinia/ mandarynka 3. Paluszki <i>Alergeny: gluten (1)</i>
CZWARTEK	KANAPKI Z ŻÓŁTYM SEREM I WARZYWAMI 1. Chleb mieszany 2. Ser żółty 3. Masło 4. Sałata lodowa 5. Pomidor 6. Ogórek zielony 7. Papryka <i>Alergeny: gluten (1) mleko (7)</i>	JOGURT OWOCOWY 1. Mleko 2. Owoce sezonowe 3. Miód <i>Alergeny: mleko (7)</i>	I danie: barszczyk czysty(250 ml) (buraki, marchew, pietruszka korzeń, seler, por, cukier, sól, majeranek, czosnek, sok z cytryny) <i>Alergeny: seler, jaja</i> <i>Składniki odżywcze: białko 8 g, węglowodany 21,75g, tłuszcze 7,8g, wartość energetyczna: 190 kcal</i> II danie: kotlecik mielony, ziemniaki, mizeria (ziemniaki 120g, mięso 70g, mizeria 50g) (mięso mielone z łopatki wieprzowej, sól, pieprz, cebula, czosnek mielony, jajka, bułka tarta, ziemniaki, ogórek zielony, jogurt grecki, koperek, sól, pieprz, cukier) <i>Alergeny: jajko, gluten, mleko</i> <i>Składniki odżywcze: białko 22g, węglowodany 42g, tłuszcze 13,7g, wartość energetyczna: 379,3 kcal</i>	WARZYWA Z SOSEM MAJONEZOWO-JOGURTOWYM 1. Pomidor 2. Sałata lodowa 3. Ogórek zielony 4. Papryka 5. Jogurt gęsty 6. Majonez <i>Alergeny: mleko (7)</i>

PIĄTEK	KANAPKI Z SERKIEM TOPIONYM W PLASTRACH, KIEŁBASĄ PODSUSZANĄ, SEREM ŻÓŁTYM GOUDA, JAJKIEM Z MAJONEZEM Z WARZYWAMI 1. Chleb mieszany 2. Jajko 3. Serek topiony 4. Kiełbasa podsuszana 5. Ser żółty gouda 6. Masło 7. Szczypiorek 8. Ogórek kiszony 9. majonez <i>Alergeny: mleko (7) gluten, (1) jaja (3)</i>	BANAN, KAKAO 1. Banan 2. Kakao 3. Mleko 4. Miód <i>Alergeny: mleko (7)</i>	I danie: pomidorowa z ryżem (zupa 200 ml, ryż 35g) (wywar warzywny, koncentrat pomidorowy, cebula, sól, pieprz, cukier, ryż) <i>Alergeny: seler</i> <i>Składniki odżywcze: białko 7g, węglowodany 30g, tłuszcze 5g, wartość energetyczna: 193 kcal</i> II danie: kluseczki półfrancuskie w sosie brzoskwińowo-cytrynowym (kluseczki 100g, sos 80) (Mąka, jaja, śmietanka roślinna, brzoskwinia, kisiel cytrynowy, cukier, sól) <i>Alergeny: jajko, gluten</i> <i>Składniki odżywcze: białko 11g, węglowodany</i>	JOGURT Z GRUSZKĄ I CHRUPKAMI KUKURYDZIANYMI 1. Jogurt naturalny 2. Gruszka 3. Chrupki kukurydziane <i>Alergeny: mleko (7)</i>

JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY 1

Do potraw, przy których nie ma podanego napoju jest podana woda źródlana 200 ml na osobę. Alergeny wymienione w Rozporządzeniu Parlamentu Europejskiego i Rady UE nr 1169/2011 podane zostały w nawiasach: gluten (1), skorupiaki (2), jaja (3), ryby (4), orzeszki ziemne (5), soja (6), mleko (7), orzechy (8), seler (9), gorczyca (10), sezam (11), dwutlenek siarki i siarczany (12), tulin (13), mięczaki (14). * Zgodnie z informacjami od producentów użyte produkty gotowe (np. produkty z mięsa) mogą zawierać śladowe ilości alergenów: glutenu, mleka łącznie z laktozą, jaj, soi, orzechów, selera i gorczycy. Gramatura oraz kaloryczność posiłków zamieszczona jest na stronie internetowej Przedszkola