

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: kapuśniaczek (250ml) (wywar jarzynowy, ziemniaki, cebula, kapusta kiszona, czosnek, pieprz, napar z ziele angielskiego i liście 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: pyzy, sos pieczeniowo-pieczarkowy, buraczki (pyzy 80g, sos 50g, buraki 50g) (kości drobiowe, cebulka, pieczarki, mąka, mleko, cukier, sól, buraczki, cukier, sól) <i>Alergeny: gluten, mleko</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 (2)</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: pomidorowa z makaronem (zupa 200 ml, makaron 50g) (wywar warzywny, koncentrat pomidorowy, cebula, sól, pieprz, cukier, makaron) <i>Alergeny: -</i> <i>Składniki odżywcze: białko 7g, węglowodany 30g, tłuszcze 5g, wartość energetyczna: 193 kcal</i> II danie: gulasz wieprzowy z warzywami, kasza perłowa kasza 100g, mięsny sos z warzywami 100g) (kasza perłowa, mięso wieprzowe, marchew, pietruszka, papryka) <i>Składniki odżywcze: białko 21g, węglowodany 51g, tłuszcze 11g, wartość energetyczna: 387 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: krem kukurydziano-dyniowy (250 ml) (kukurydza, dynia, włoszczyzna, mleczko kokosowe, sól, przyprawa Smak Natury, cukier) <i>Alergeny: seler</i> <i>Składniki odżywcze: białko 8 g, węglowodany 21,75g, tłuszcze 7,8g, wartość energetyczna: 190 kcal</i> II danie: kotlecik mielony, ziemniaki, surówka z białej kapusty z koperkiem (ziemniaki 120g, mięso 70g, surówka 50g) (mięso filet z kurczaka, sól, pieprz, cebula, czosnek mielony, jajka, bułka tarta, ziemniaki, koperek, biała kapusta) <i>Alergeny: jajko, gluten</i> <i>Składniki odżywcze: białko 22g, węglowodany 51g, tłuszcze 11g, wartość energetyczna: 387 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>

PIĄT EK	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: krem z ziemniaków z grzankami (zupa 250 ml) (ziemniaki, włoszczyzna, śmietanka roślinna, sól, pieprz, majeranek, przyprawa Smak Natury) <i>Alergeny: seler, gluten</i> <i>Składniki odżywcze: białko 7g, węglowodany 30g, tłuszcze 5g, wartość energetyczna: 193 kcal</i> II danie: kluseczki półfrancuskie w sosie brzoskwińowym (kluseczki 100g, sos 80) (mąka, jaja, mleko, sól, cukier, brzoskwinia, kisiel owocowy) <i>Alergeny: jajko, gluten, mleko</i> <i>Składniki odżywcze: białko 11g, węglowodany 42g, tłuszcze 9g, wartość energetyczna 311 kcal</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), łubin (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