

JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY 3

DZIEŃ TYGODNIA	I ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK	GRANOLA OWOCOWA, JABŁKO 1. Granola (8) (1) 2. Mleko (7) 3. Jabłko <i>Alergeny: gluten, mleko, orzechy</i>	KANAPKA Z MASŁEM, PASTĄ SEROWĄ Z ŻÓŁTEGO SERA, POMIDOREM I OGÓRKIEM KISZONYM 1. Ciemny chleb razowy (1) 2. Ser gouda (7) 3. Pomidor 4. Ogórek kiszony 5. Masło (7) (3) <i>Alergeny: gluten, mleko, jajko</i>	I DANIE: KAPUŚNIACZEK (wywar jarzynowy, ziemniaki, cebula, kapusta kiszona, czosnek, pieprz, napar z liścia laurowego, Smak Natury, majeranek) <i>Alergeny: seler (9)</i> II DANIE: KASZA BULGUR, KAŚKI WIEPRZOWE, BURACZKI (połudwiczka wieprzowa, sól, pieprz, papryka, majeranek, cebula, czosnek, kasza bulgur, buraki gotowane, cukier, olej) <i>Alergeny: gluten (1)</i>	KALAREPA Z DIPEM Z SERKA POMIDOROWEGO 1. Kalarepa 2. Serek homogenizowany (7) 3. Koncentrat pomidorowy (1) <i>Alergeny: gluten, mleko</i>
WTOREK	SZEWDZKI STÓŁ: CHLEB MIESZANY, MASŁO, KIEŁBASA PODSUSZANA, SZYNKA WIEPRZOWA, SER ŻÓŁTY GOUDA, SAŁATA LODOWA, POMIDOR, OGÓREK ZIELONY, PAPRYKA, HENRATA OWOCOWA 1. Chleb mieszany (1) (10) 2. Masło (7) 3. Kiełbasa podsuszana 4. Szynka wieprzowa 5. Ser żółty gouda (7) 6. Sałata lodowa 7. Pomidor 8. Ogórek zielony 9. Papryka <i>Alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i>	KOKTAJL OWOCOWY NA KEFIRZE SŁODZONY MIODEM 1. Mieszanka owoców mrożonych 2. Kefir (7) 3. Miód <i>Alergeny: mleko</i>	I DANIE: KREM Z SELERA (mleczko kokosowe, seler) <i>Alergeny: seler (9)</i> II DANIE: UDZIEC DROBIOIOWY W SOSIE WŁASNYM, ZIEMNIAKI, SURÓWKA BAŁKAŃSKA (podudzie z kurczaka bez kości, sól, pieprz, papryka, olej, majeranek, czosnek, ziemniaki, kapusta pekińska, kukurydza, ogórki konserwowe, cukier) <i>Alergeny: -</i>	CHLEBEK WASA Z TWAROŻKIEM I KIEŁKAMI 1. Chlebek wasa (1) 2. Twaróg (7) 3. Śmietana 12% (7) 4. Kiełki <i>Alergeny: mleko, gluten</i>
ŚRODA	HOT-DOG NA BUŁCE Z ZIARNAMI Z PARÓWKĄ DROBIOWĄ I KETCHUPEM ŁAGODNYM, RZODKIEWKI, MASŁO 1. Bułka z ziarnami (10) (8) 2. Parówka drobiowa 3. Ketchup (1) 4. Rzodkiewka 5. Masło (7) <i>Alergeny: mleko, gorczyca, orzechy, gluten</i>	SAŁATKA GRECKA Z GRZANKAMI I SERKIEM SAŁATKOWYM 1. Mix sałat 2. Grzanki (1) 3. Serek sałatkowy (7) 4. Pomidor koktajlowy 5. Ogórek zielony 6. Papryka 7. Oliwki 8. Olej rzepakowy <i>Alergeny: mleko, gluten</i>	I DANIE: GROCHÓWKA (groch, boczek, marchew, ziemniaki, pietruszka, cebula, seler, sól, pieprz, olej, czosnek) <i>Alergeny: seler (9)</i> II DANIE: PIEROGI Z TRUSKAWKAMI, JOGURT GRECKI (mąka, jajko, truskawki, jogurt) <i>Alergeny: gluten (1), jajko (3) mleko (7)</i>	SERNIK NA ZIMNO Z MUSEM BRZOSKWINIOWYM I PŁATKAMI MIGDAŁÓW 1. Galaretka 2. Ser na sernik (7) 3. Woda 4. Brzoskwinie z puszki 5. Płatki migdałowe (8) <i>Alergeny: mleko, orzechy</i>
CZWARTEK	OWSIANKA NA MLEKU Z BANANEM 1. Mleko (7) 2. Płatki owsiane bryskawiczne 3. Banan <i>Alergeny: mleko</i>	JAJECZNICA Z SZYNKĄ, SZCZUPIORKIEM I KIEŁKAMI, CHLEB MIESZANY, MASŁO, KAKAO 1. Jajka (3) 2. Szynka 3. Szczypiorek 4. Kiełki 5. Chleb mieszany (1) (10) 6. Masło (7) 1. Mleko (7) 2. Kakao 3. Miód <i>Alergeny: mleko, gluten, jajka, gorczyca</i>	I DANIE: ROSÓŁ Z MAKARONEM (kura rosółowa, kurczak, marchew, pietruszka korzeń, seler, por zapiekany, sól, pieprz, lubczyk, przyprawa Smak Natury, makaron durum z pszenicy durum) <i>Alergeny: seler (9), jaja (3), gluten (1)</i> II DANIE: POTRAWKA Z KURCZAKA, RYŻ, MARCHEW Z GROSZKIEM (filet z kurczaka, sól, pieprz, Smak Natury, śmietanka roślinna, masło 100% roślinne, wywar mięsno-jarzynowy, ryż, marchew z groszkiem, cukier, sok z cytryny, mąka pszenna) <i>Alergeny: seler (9) gluten (1)</i>	KANAPKI Z MASŁEM, ŻÓŁTYM SEREM, PASTĄ JAJECZNĄ I POMIDOREM 1. Chleb mieszany (1) 2. Masło (7) 3. Ser żółty gouda (7) 4. Pasta jajeczna (3) 5. Pomidor <i>Alergeny: mleko, gluten, jaja</i>
PIĄTEK	BUŁKA Z NASIONAMI Z MASŁEM, SERKIEM OLIWKOWO-KAPAROWYM I ŻÓŁTYM SEREM GOUDA 1. Bułka z nasionami (1) 2. Masło (7) 3. Serek kanapkowy 4. Oliwki 5. Kapary 6. Ser żółty gouda (7) <i>Alergeny: mleko, gluten</i>	MELON, KAKAO SŁODZONE MIODEM 1. Melon 2. Mleko (7) 3. Kakao 4. Miód <i>Alergeny: mleko</i>	I DANIE: POMIDOROWA Z RYŻEM (wywar warzywny, koncentrat pomidorowy, cebula, sól, pieprz, cukier, ryż) <i>Alergeny: seler (9)</i> II DANIE: PYRY Z GZIKIEM (ziemniaki, twaróg półtłusty, śmietana, jogurt naturalny, szczypiorek, rzodkiewka) <i>Alergeny: mleko (7)</i>	GRUSZKA, WAFLE RYŻOWE, HEBRATA CZARNA, MLEKO 1. Gruszka 2. Wafle ryżowe 3. Herbata czarna 4. Mleko (7) <i>Alergeny: mleko</i>

Gdy nie ma wpisanego napoju do posiłku to wtedy podawana jest 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), mączczaki (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