

Jadłospis - Przedszkole Nr 4 im.Krainy Uśmiechu

Okres	30.01.2023 - 10.02.2023
Dieta	Podstawowa

Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
30.01.2023 Poniedziałek	pieczywo żytnie (4) z masłem (2), szynką gotowaną, sałatą zieloną, herbata z cytryną II śniadanie - jabłko	krupnik na wywarze mięsno-warzywnym (3) z ziemniakami, zieloną pietruszką makaron (1)(4) z białym serem (2) i sosem truskawkowo-malinowym, kompot	pieczywo pszenne (4) z masłem (2), pastą z tuńczyka, ogórkiem zielonym, bawarka (2)
31.01.2023 Wtorek	paluch mleczny (4) z masłem (2), z serem żółtym (2), papryką czerwoną, kakao (2) II śniadanie - apiterapia	zupa pomidorowa na wywarze warzywnym (3) z makaronem (1)(4), jogurtem naturalnym, zieloną pietruszką ziemniaki, polędwiczki wieprzowe duszone w ziołach, czerwona kapusta, kompot	kisiel z ananase, biszkopciki (1)(2)(4)
01.02.2023 Środa	SZWEDZKI STÓŁ: pieczywo mieszane (4) z masłem (2) polędwica drobiowa, szynka gotowana, sałata zielona, jajko gotowane (1), szczypiorek, ser żółty (2), papryka czerwona, ogórek zielony, rzodkiewka, pomidor, herbata z cytryną II śniadanie - jabłko	zupa selerowa na wywarze warzywnym (3) z ziemniakami, jogurtem naturalnym (2), natką pietruszki spaghetti bolognese (1)(4), kompot	chałka (4), z masłem (2) i miodem, kawa zbożowa (2)(4)
02.02.2023 Czwartek	pieczywo żytnie (4) z masłem (2), kielbaski orawskie, ketchup, herbata z cytryną II śniadanie - jabłko	barszcz biały na wywarze warzywnym (3) z ziemniakami, jogurtem naturalnym (2), natką pietruszki kasza pęczak (4), gulasz wołowy, surówka z marchewki i jabłka, kompot	ptysie z bitą śmietaną (1)(2)(4), herbata ziołowa
03.02.2023 Piątek	pieczywo razowe (4) z masłem (2), twarożkiem (2) z rzodkiewką, kawa zbożowa z mlekiem (2)(4) II śniadanie - jabłko	zupa koperkowa na wywarze warzywnym (3) z ryżem, jogurtem naturalnym (2), zieloną pietruszką ziemniaki, ryba miruna w panierce kokosowej (2)(4), surówka z kiszzonej kapusty, kompot	serek Piatuś (2), biszkopciki (1)(2)(4)
06.02.2023 Poniedziałek	pieczywo żytnie ze słonecznikiem (4) z masłem (2), jajecznica ze szczypiorkiem (1), herbata z cytryną II śniadanie - jabłko	zupa ogórkowa na wywarze mięsno-warzywnym (3) z ryżem, jogurtem naturalnym (2), zieloną pietruszką kopytka z serem (1)(2) okraszone masłem i sosem truskawkowym, kompot	kanapki (4) z masłem (2), szynką konserwową, pomidorem, herbata owocowa
07.02.2023 Wtorek	bułeczki orkiszowe (4) z masłem (2), zupa mleczna z płatkami owsianymi (4) II śniadanie - sok 100%	rosół wywarze mięsno-warzywnym (3) z makaronem (1)(4), zieloną pietruszką ryż, potrawka z kurczaka, surówka selerowa z mandarynkami, kompot	galaretka z owocami
08.02.2023 Środa	pieczywo orkiszowe (4) z masłem (2), polędwicą drobiową, rzodkiewką, herbata z cytryną II śniadanie - pomarańcza	zupa dyniowa na wywarze warzywnym (3) z grzankami (2)(4), zieloną pietruszką ziemniaki, pieczeń rzymska, groszek z marchewką, kompot	budyń czekoladowy z malinami (2), biszkopciki (1)(2)(4)
09.02.2023 Czwartek	pieczywo żytnie (4) z masłem (2), pastą z wędliny, papryką czerwoną, herbata z cytryną II śniadanie - jabłko	zupa jarzynowa na wywarze warzywnym z ziemniakami (3), jogurtem naturalnym, zieloną pietruszką risotto warzywne z kurczakiem, surówka z kapusty pekińskiej, kompot	rogaliki drożdżowe (1)(4) (własny wyrób), kawa zbożowa (2)(4)
10.02.2023 Piątek	pieczywo orkiszowe (4) z masłem (2), kielbasą krakowską, rzodkiewką, bawarka (2) II śniadanie - mandarynka,	zupa kalafiorowa na wywarze warzywnym (3) z ziemniakami, jogurtem naturalnym (2), zielona pietruszką ziemniaki, ryba po grecku, warzywa gotowane na parze, kompot	jogurt owocowy (2), herbatniki zbożowe (2)(4)

14 alergenów, które mogą znajdować się w potrawach: jajka(1), mleko(2), sezam(6), soja(7), seler(3), ziarna zbóż(4), gorczyca(7), ryby(5), orzeszki ziemne(8), łubin(9), skorupiaki(10), mięczaki(11)

ZASTRZEGA SIĘ ZMIANY W JADŁOSPISIE

Sporządził

Szef kuchni

Dyrektor