

Jadłospis przedszkole 66

12-15.11.2019

DATA	MENU	
Poniedziałek	Śniadanie	
	Zupa (300ml)	
	II danie	
	Podwieczorek	
Wtorek	Śniadanie	Ser żółty(30 g), chleb krakowski(mąka pszenna) (50 g), masło (z mleka, laktoza) (5 g), pomidor 10 g), herbata malinowa(200 ml) <i>Do chrupania-jabłko</i>
	Zupa (300ml)	Zupa pomidorowa z kluseczkami (porcja rosółowa z kurczaka, marchew, pietruszka, seler , por, koncentrat pomidorowy, makaron muszelki(mąka pszenna), zielona pietruszka, sól)
	II danie	Gulasz wieprzowy(szynka b/k, mąka pszenna , cebula, czosnek, olej roślinny, 18%, papryka, ziele angielskie, liść laurowy, sól) (80 g), kasza jęczmienna (100 g), surówka z marchewki z pomarańczą(marchew, pomarańcz, jogurt naturalny, sok z cytryny, cukier)(80 g), kompot(200 ml)
	Podwieczorek	Chałka(mąka pszenna, jaja, laktoza) z masłem (50 g), śliwki(80 g)
Środa	Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku (150 ml), bułka kajzerka(mąka pszenna) 1 szt., masło (z mleka, laktoza)(5 g), dżem malinowy(20 g), herbata z cytryną (200 ml) <i>Do chrupania-marchewka</i>
	Zupa (300ml)	Zupa włoska z kaszą jaglaną(porcja rosółowa z kurczaka, marchew, pietruszka, seler , por, fasolka szparagowa, brokuł, kukurydza, koperek, kasza jaglana, śmietana 22%(laktoza, białka mleka), zielona pietruszka, sól)
	II danie	Naleśniki z twarogiem waniliowym(mąka pszenna, jajka, mleko, ser biały półtłusty, śmietana 18 %, wanilia, cukier) (200 g), polewa jogurtowa z truskawkami(z mleka, laktoza)(50 g), kompot (200 ml)
	Podwieczorek	Chleb słonecznikowy (mąka żytnia razowa) z masłem (z mleka, laktoza), poledwicą sopołą, zielonym ogórkiem(60 g), herbata z owoców leśnych(200 ml)
Czwartek	Śniadanie	Pasta jajeczna ze szczypiorkiem(jajka, masło, mleko)(30 g), chleb wiejski(mąka pszenna) (50 g), masło (z mleka, laktoza)(5 g), rzodkiewka (10 g), kakao z mlekiem 2% (200 ml) <i>Do chrupania-gruszka</i>
	Zupa (300ml)	Zupa z soczewicy z grzankami(marchew, pietruszka, seler , por, soczewica czerwona, olej roślinny, cebula, czosnek, grzanki pszenne , zielona pietruszka, ziele angielskie, liść laurowy, sól)
	II danie	Pieczone udka z kurczaka(palka z kurczaka, cebula, papryka, olej roślinny, czosnek, sól), młode ziemniaki (100 g), sałata ze śmietaną (zielona sałata, koperek, śmietana 18 % , jogurt naturalny(z mleka, laktoza), sok z cytryny, cukier, sól)(80 g), kompot(200 ml)
	Podwieczorek	Babka zebra(mąka pszenna, jaja, laktoza)(60 g), mleko 2 % (200 ml)
Piątek	Śniadanie	Pasztet pieczony(jajka)(30 g), weka(mąka pszenna)(50 g), masło (z mleka, laktoza)(5 g), ogórek kiszony(10 g), herbata z cytryną (200 ml) <i>Do chrupania-jabłko</i>
	Zupa (300ml)	Zupa koperkowa z zacierką(porcja rosółowa z kurczaka, marchew, pietruszka, seler , por, zacierka(mąka pszenna, jajka), śmietana 22%(laktoza), koperek, zielona pietruszka, sól)
	II danie	Miruna panierowana (miruna, mąka pszenna, jajko, mleko , bułka tarta pszenna , olej roślinny, sól) (80 g), ziemniaki (100 g), sałatka z buraków z cebulką(80 g), kompot(200 ml)
	Podwieczorek	Sałatka owocowa(jabłko, pomarańcze, kiwi, gruszka, winogrona, sok z cytryny, cukier)(140 g), ciasteczka owsiane(mąka pszenna, owies, jajka, mleko)(20 g)

Smacznego

Catering „Młyńskie Danie”

Opracowała: dietetyk Anna Oczkoś

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