

Jadłospis przedszkole 66

06-10.07.2020

DATA	MENU	
Poniedziałek	Śniadanie	Jajko na twardo, masło (laktoza, białka mleka)(5 g), weka(mąka pszenna) (40 g), zielony ogórek(10 g), herbata z cytryną(200 ml) <i>Do chrupania- rzodkiewka</i>
	Zupa (300ml)	Zupa jarzynowa z kluseczkami(porcja rosółowa z kurczaka, marchew, pietruszka, seler , por, kalafior, brokuł, zielona fasolka, makaron muszcelki pszenny , śmietana 18%, zielona pietruszka, koperek, sól)
	II danie	Pierś z kurczaka duszona z marchewką i zielonym groszkiem(pierś z kurczaka, masło , śmietana 18 %, marchew, zielony groszek, mąka żytnia razowa , koperek, sól) (80 g), ryż(100 g), woda mineralna (200 ml)
	Podwieczorek	Jogurt naturalny(150 ml), pieczywo chrupkie(mąka pszenna , mąka żytnia) z konfiturą malinową(30 g)
Wtorek	Śniadanie	Kiełbasa żywiecka(30 g), chleb krakowski(mąka pszenna , mąka żytnia) (50 g), masło (laktoza, białka mleka) (5 g), pomidor(10 g), kakao z mlekiem 2% (200 ml) <i>Do chrupania-kalarepka</i>
	Zupa (300ml)	Kremowa zupa z cukinii z ryżem(marchew, pietruszka, seler , por, cukinia, śmietana 22%, ryż , masło , tymianek, pietruszka zielona, sól)
	II danie	Kotlet schabowy (schab b/k, jajko , mleko , mąka pszenna , olej roślinny, sól) (80 g), młode ziemniaki (100 g), duszona kapusta z koperkiem(kapusta biała młoda, masło(z mleka , laktoza), mąka pszenna , zielona cebulka, koperek, sok z cytryny, cukier, sól) (80 g), kompot(200 ml)
	Podwieczorek	Chałka(mąka pszenna , jajka , mleko) z masłem (z mleka, laktoza), herbata z cytryną
środa	Śniadanie	Szynka drobiowa(soja)(30 g), chleb pszenny(mąka pszenna) (50 g), masło (laktoza, białka mleka) (5 g), zielona sałata(5 g), herbata z owoców leśnych(200 ml) <i>Do chrupania-słupki papryki</i>
	Zupa (300ml)	Krupnik polski(porcja rosółowa z kurczaka, marchew, pietruszka, seler , por, kapusta włoska, kasza jęczmienna , ziemniaki, zielona pietruszka, sól)
	II danie	Placki ziemniaczane z polewą śmietanową(ziemniaki, mąka pszenna , jajka , olej roślinny, cebula, czosnek, śmietana 18 %, pieprz, sól)(200 g), marchewka do chrupania(50 g), kompot (200 ml)
	Podwieczorek	Chleb wiejski(mąka pszenna , mąka żytnia) z masłem (z mleka, laktoza), serem żółtym papryką(60 g), herbata z cytryną (200 ml)
czwartek	Śniadanie	Pasztet domowy(30 g), bułka kajzerka pszenna 1 szt, masło (z mleka, laktoza) (5 g), rzodkiewka (20 g), herbata z cytryną(200 ml) <i>Do chrupania-brzoskwinie</i>
	Zupa (300ml)	Żurek z ziemniakami(marchew, pietruszka, seler , por, kiełbasa podwawelska, zakwas żurku (gluten), ziele angielskie, liść laurowy, ziemniaki, mąka pszenna , zielona pietruszka, koperek, sól)
	II danie	Gulasz indyczy z papryką(udziec indyczy b/k, cebula, czosnek, olej roślinny, papryka, mąka pszenna , ziele angielskie, liść laurowy, sól)(80 g), kasza jęczmienna (100 g), surówka z kiszzonej kapusty z marchewką (kapusta kiszona, marchew, cebula, olej roślinny, cukier) (80 g), kompot (200 ml)
	Podwieczorek	Budyń waniliowy z musem malinowym(mleko 2 %, mąka ziemniaczana, wanilia, cukier, maliny), wafel ryżowy(30 g)
piątek	Śniadanie	Płatki zbożowe kakaowe(mąka pszenna) na mleku (150 ml), chleb razowy(mąka pszenna , mąka żytnia)(50 g), masło (laktoza, białka mleka) (5 g), miód(20 g), herbata malinowa(200 ml) <i>Do chrupania- arbuz</i>
	Zupa (300ml)	Zupa brokułowa z zacierką(porcja rosółowa z kurczaka, marchew, pietruszka, seler , por, brokuł, zacierka(mąka pszenna , jajka), śmietana 22%(laktoza, białka mleka), zielona pietruszka, koperek, sól)
	II danie	Medaliony rybne w sosie greckim(miruna , bułka pszenna , bułka tarta pszenna , jajko , mleko , olej roślinny, pomidory, marchew, mąka pszenna , sól) (80 g), młode ziemniaki (100 g), mizeria ze śmietaną(ogórek zielony, koperek, śmietana 18 % , jogurt naturalny , sok cytryny, cukier, sól)(80 g) kompot (200 ml)
	Podwieczorek	Babka zebra(mąka pszenna , jajka , mleko), mleko 2 % (200 ml)
	uwagi	Planowane owoce mogą ulegać zmianie ze względu na zmiany cenowe

Smacznego

Catering „Młyńskie Danie”

Opracowała: dietetyk Anna Oczkoś

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