

Jadłospis przedszkole 66

25-29.05.2020

DATA	MENU	
Poniedziałek	Śniadanie	Szynka drobiowa(30 g), chleb krakowski(mąka pszenna) (50 g), masło (z mleka, laktoza) (5 g), pomidor(10 g), herbata malinowa(200 ml) Do chrupania- jabłko
	Zupa (300ml)	Krupnik polski(porcja rosółowa z kurczaka, marchew, pietruszka, seler , por, kasza jęczmienna , ziemniaki, zielona pietruszka, sól)
	II danie	Pulpety wieprzowe w sosie własnym(łopatka b/k, jajko , bułka pszenna , mąka pszenna , cebula, czosnek, olej roślinny, marchew, papryka, śmietana 18%(z mleka, laktoza), sól)(80g), ryż (100 g), surówka z kapusty kiszonej (kapusta kiszona, marchew, cebula, olej roślinny, cukier)(80 g), woda mineralna (200 ml)
	Podwieczorek	Weka(mąka pszenna) z masłem (z mleka, laktoza), serem żółtym, zielonym ogórkiem(60 g), herbata z cytryną(200 ml)
Wtorek	Śniadanie	Paszтет pieczony (mąka pszenna , laktoza , jajka) (30 g), bułka kajzerka 1 szt.(gluten , mąka pszenna), masło (z mleka, laktoza)(5 g), ogórek kiszony(10 g), herbata z cytryną (200 ml) Do chrupania-gruszka
	Zupa (300ml)	Zupa ogórkowa z ryżem (porcja rosółowa z kurczaka, marchew, pietruszka, seler , por, ogórek kiszony, śmietana 22%(z mleka, laktoza), ryż, zielona pietruszka, koperek, sól)
	II danie	Eskałopek drobiowy (piersi z kurczaka, czosnek, mąka pszenna , jajko , czosnek, olej roślinny, sól) (80 g), ziemniaki(100 g), duszona marchewka z groszkiem(marchew, zielony groszek, śmietana 18 %, masło , mąka pszenna , cukier, sól) (80 g), kompot (200 ml)
	Podwieczorek	Twarożek śmietankowy z truskawkami(twarożek śmietankowy, jogurt naturalny, truskawki, cukier, wanilia)(100 g), chrupki kukurydziane(20 g)
środa	Śniadanie	Pasta jajeczna ze szczypiorkiem(jajka , majonez(jajka), szczypiorek, sól)(30 g), chleb wiejski(gluten , mąka pszenna) (50 g), masło (z mleka, laktoza)(5 g), kakao z mlekiem 2% (200 ml) Do chrupania- słupki marchewki
	Zupa (300ml)	Barszcz czerwony z ziemniakami (porcja rosółowa z kurczaka, marchew, pietruszka, seler , por, buraki, koncentrat z buraków, ziemniaki, śmietana 22%(z mleka, laktoza), zielona pietruszka, koperek, sól)
	II danie	Makaron penne z sosem szpinakowo-śmietanowym(makaron penne z pszenicy , szpinak, śmietana , ser twarogowy , masło , czosnek, sól) (200 g), kompot (200 ml)
	Podwieczorek	Chleb razowy(gluten , mąka pszenna) z masłem (z mleka, laktoza), kielbasą szynkową, zieloną sałatą(60 g), herbata malinowa(200 ml)
Czwartek	Śniadanie	Polędwica sopocka(30 g), weka(mąka pszenna) (50 g), masło (z mleka, laktoza)(5 g), papryka(5 g), herbata z cytryną (200 ml) Do chrupania- gruszka
	Zupa (300ml)	Rosół z lanym ciastem (porcja rosółowa z kurczaka, indyk, marchew, pietruszka, seler , por, kapusta włoska, lane ciasto(gluten , jajka), zielona pietruszka, koperek, sól)
	II danie	Gulasz indyczy (udziec indyczy b/k, mąka pszenna , cebula, czosnek, papryka, olej roślinny, sól) (80g), pęczak(100 g), surówka z selera, marchewki z jabłkiem(seler , marchew, jabłko, jogurt naturalny , sok cytryny, cukier)(80 g) kompot(200 ml)
	Podwieczorek	Jogurt naturalny z brzoskwinia, wafel ryżowy(30 g)
Piątek	Śniadanie	Twaróg wiosenny z rzodkiewką i ogórkiem zielonym(30 g), chleb słonecznikowy(gluten , mąka pszenna , mąka żytnia)(40 g), masło (z mleka, laktoza)(5 g), herbata porzeczkowa (200 ml) Do chrupania-jabłko
	Zupa (300ml)	Zupa jarzynowa z kluseczkami(porcja rosółowa z kurczaka, marchew, pietruszka, seler , por, brokuł, kalafior, zielony groszek, śmietana 22 %(z mleka, laktoza), zielona pietruszka, makaron muszelki pszenny , sól)
	II danie	Sznycełki rybne(filet z miruny , jajko , bułka pszenna , bułka tarta pszenna , mleko 2 % , olej roślinny, sól) (80g), ziemniaki (100g), surówka z młodej kapusty(kapusta biała młoda, koperek, marchew, olej roślinny, sok z cytryny, cukier, sól) (80 g), kompot(200 ml)
	Podwieczorek	Chałka(mąka pszenna , mleko , jajka) z masłem (60 g), herbata z cytryną(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.