

# Jadłospis przedszkole 66

## 28-31.10.2024

DATA	MENU	
<b>Poniedziałek</b>	<b>Śniadanie</b>	Pasta z <b>twarogu</b> ze szczypiorkiem(30 g), chleb krakowski( <b>mąka pszenna</b> )(50 g), <b>masło</b> (z mleka, laktoza) (5 g), zielony ogórek(10 g), herbata malinowa(200 ml) <b>Zdrowa przekąska-jabłko(40 g)</b>
	<b>Zupa (300ml)</b>	Zupa kalafiorowa z kluseczkami ( marchew, pietruszka, <b>seler</b> , por, kalafior, oliwa z oliwek, makaron muszelki <b>pszenny</b> , <b>śmietana</b> 22%(laktoza, białka mleka), <b>mleko</b> , zielona pietruszka, sól)
	<b>II danie</b>	Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami w sosie pomidorowym(szynka b/k, ryż, cebula, olej roślinny, marchew, pietruszka, koncentrat pomidorowy, <b>mąka pszenna</b> , <b>śmietana</b> 18 %, sól) (200 g), woda mineralna (200 ml)
	<b>Podwieczorek</b>	Budyń czekoladowy( <b>mleko</b> , <b>masło</b> , mąka ziemniaczana, wanilia, kakao, cukier)(150 ml), banan 1/2 szt.
<b>Wtorek</b>	<b>Śniadanie</b>	Kiełbasa żywiecka(30 g), chleb wiejski( <b>mąka pszenna</b> , <b>mąka żytnia</b> ) (50 g), <b>masło</b> (z mleka, laktoza) (5 g), papryka(10 g), herbata z cytryną(200 ml) <b>Zdrowa przekąska-gruszka(40 g)</b>
	<b>Zupa (300ml)</b>	Krupnik polski(porcja rosółowa z kurczaka, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , por, kapusta włoska, kasza <b>jęczmienna</b> , ziemniaki, zielona pietruszka, sól)
	<b>II danie</b>	Kotlet pożarski(piersi z kurczaka, <b>mąka pszenna</b> , <b>jajko</b> , czosnek, olej roślinny, sól) (80 g), ziemniaki(100 g), surówka z kapusty białej(biała kapusta, cebulka zielona, koperek, marchew, olej roślinny, sok z cytryny, cukier, sól) (80 g), kompot (200 ml)
	<b>Podwieczorek</b>	<b>Jogurt</b> naturalny z musli(150 g)
<b>Środa</b>	<b>Śniadanie</b>	Szynka domowa(30 g), chleb słonecznikowy( <b>gluten</b> , <b>mąka pszenna</b> , <b>mąka żytnia</b> ) (50 g), <b>masło</b> (z mleka, laktoza)(5 g), ogórek kiszony(10 g), kakao z <b>mlekiem</b> (200 ml) <b>Zdrowa przekąska-słupki marchewki(40 g)</b>
	<b>Zupa (300ml)</b>	Zupa koperkowa z ryżem( marchew, pietruszka, <b>seler</b> , por, koperek, oliwa z oliwek, ryż, <b>śmietana</b> 22% (laktoza, białka mleka), <b>mleko</b> , zielona pietruszka, sól)
	<b>II danie</b>	Makaron kokardki(120) z polewą koktajlową z truskawkami(80 g) (makaron kokardki <b>pszenny</b> , <b>masło</b> (z mleka, laktoza), truskawki, <b>śmietana</b> 18%(z mleka, laktoza), <b>jogurt naturalny</b> , cukier, wanilia), kompot (200 ml)
	<b>Podwieczorek</b>	Pieczywo pszenne ( <b>mąka pszenna</b> ) z <b>masłem</b> (z mleka, laktoza), pasztetem drobiowym, zieloną sałatą (60 g), herbata malinowa(200 ml)
<b>Czwartek</b>	<b>Śniadanie</b>	Kasza manna <b>pszenna</b> na <b>mleku</b> z cynamonem (150 ml), weka( <b>mąka pszenna</b> ) (40 g), <b>masło</b> (z mleka, laktoza) (5 g), miód(20 g), herbata z cytryną(200 ml) <b>Zdrowa przekąska-banan(40 g)</b>
	<b>Zupa (300ml)</b>	Zupa buraczkowa z makaronem mini (marchew, pietruszka, por, buraki, koncentrat z buraków, <b>śmietana</b> 22% (laktoza, białka mleka), <b>mleko</b> , makaron mini <b>pszenny</b> , oliwa z oliwek, ziele angielskie, liść laurowy, sok cytryny, zielona pietruszka, sól)
	<b>II danie</b>	Paluszki rybne( <b>miruna</b> , <b>mąka pszenna</b> , bułka tarta <b>pszenna</b> , olej roślinny, sól) 3 szt., ziemniaki (100 g), surówka z marchewki z jabłkiem (marchew, jabłko, sok z cytryny, cukier)(80 g), kompot(200 ml)
	<b>Podwieczorek</b>	Murzynek( <b>mąka pszenna</b> , <b>jaja</b> , <b>kakao</b> , <b>mleko</b> ), herbata porzeczkowa(200 ml)
<b>Piątek</b>	<b>Śniadanie</b>	<b>1 Listopada</b>
	<b>Zupa (300ml)</b>	
	<b>II danie</b>	
	<b>Podwieczorek</b>	
	uwagi	Planowane owoce mogą ulec zmianie ze względu na zmiany cenowe

Smacznego

Catering „Młyńskie Danie”

Opracowała: dietetyk Anna Oczkoś

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