

	ŚNIADANIE OWOC	OBIAD		PODWIECZOREK
		ZUPA	DRUGIE DANIE	
PONIEDZIAŁEK 02.11.2020 1067kcal	<i>Pieczywo mieszane z masłem, kurczak, warzywa, owoc</i> -chleb pszenno-żytni² - chleb graham² -masło¹ -kurczak z Bobrownik -papryka -ogórek -jabłko Do picia: kawa inka² z mlekiem¹, herbata z cytryną i miodem	<i>Zupa kalafiorowa z ziemniakami</i> -kalafior mrożony -marchewka -pietruszk -seler⁹ -śmietana¹ -masło¹ -ziemniaki -koperek	<i>Gołąbki po włosku w sosie pomidorowym, ryż, fasolka szparagowa</i> -mięso mielone -czosnek -cebula -jajka³ -kasza manna² -kapusta biała -mąka pszenna² -koncentrat pomidorowy -przecier pomidorowy -włoszczyzna⁹ -śmietana¹ -olej rzepakowy -ryż -fasolka szparagowa(mrożona) -masło¹ -bułka tarta² Do picia: kompot wieloowocowy	<i>Budyń waniliowy z owocami</i> -mleko¹ -żółtka jajka³ -cukier -cukier waniliowy -skrobia ziemniaczana -banany -kiwi -borówki Do picia: woda mineralna -Żywiec- Zdrój niegazowany
WTOREK 03.11.2020 935kcal	<i>Pieczywo mieszane z masłem, pasta jajeczna, warzywa, owoc</i> -chleb pszenno-żytni² -chleb orkiszowy² -masło¹ -jajka -majonez^{3,10} -jogurt naturalny¹ -szczypiorek -ogórek -pomidor -mandarynka Do picia: kakao² z mlekiem¹, herbata z cytryną i miodem	<i>Zupa ziemniaczana z kielbasą</i> -ziemniaki -kielbasa podwawelska -marchew -pietruszk -seler⁹ -cebula -masło¹ -mąka pszenna² -natka pietruszki	<i>Makaron z serem twarogowym, marchewka z jabłkiem</i> -makaron świderki² -ser twarogowy¹ -masło¹ -cukier -marchew -jabłka -śmietana¹ -jogurt naturalny¹ Do picia: kompot wieloowocowy	<i>Pieczywo mieszane z masłem, szynka, warzywa</i> -chleb pszenno-żytni² -chleb orkiszowy² -masło¹ -szynka z Bobrownik -papryka -rzodkiewka Do picia: herbata z cytryną I miodem, woda mineralna -woda niegazowana Żywiec Zdrój

<p>ŚRODA 04.11.2020</p> <p>1136kcal</p>	<p><i>Pieczyno mieszane z masłem, kiełbasa lisiecka, warzywa, owoc</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -chleb pszenno-żytni² -chleb graham² -masło¹ -kiełbasa Lisiecka -papryka -rzodkiewka -marchew do chrupania -winogrono <p>Do picia: kawa inka² z mlekiem¹, herbata z cytryną i miodem</p>	<p><i>Zupa serowa z makaronem</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -serek topiony¹ -marchewka -pietruska -masło¹ -śmietana¹ -koperek -makaron muszelki² 	<p><i>Schab duszony w sosie, ziemniaki, surówka z kapusty pekińskiej</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -schab wieprzowy -czosnek -cebula -włoszczyzna⁹ -olej rzepakowy -śmietana¹ -mąka pszenna² -ziemniaki -masło¹ -kapusta pekińska -marchewka -jabłko -oliwa z oliwek <p>Do picia: kompot wieloowocowy</p>	<p><i>Ciasteczka owsiane</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -płatki owsiane -mąka pszenna² -kakao -cukier -jajka -orzechy włoskie⁸ -masło¹ -soda oczyszczona <p>Do picia: woda mineralna -woda Żywiec Zdrój niegazowana</p>
<p>CZWARTEK 05.11.2020</p> <p>940kcal</p>	<p><i>Pieczyno mieszane z masłem, serek paprykowy, warzywa, owoc</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -chleb pszenno-żytni² -chleb graham² -masło¹ -twaróg półtłusty¹ -jogurt naturalny¹ -papryka -pomidor -ogórek -gruszka <p>Do picia: kakao z mlekiem¹, herbata z cytryną i miodem</p>	<p><i>Barszcz ukraiński</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -buraki -susz buraczany -marchewka -pietruska -seler⁹ -czosnek -koperek -natka pietruszki -masło¹ -śmietana¹ -fasola Jaś 	<p><i>Gulasz wołowy, kasza, surówka z kiszanej kapusty</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -pieczeń wołowa -olej rzepakowy -cebula -papryka -czosnek -mąka pszenna² -śmietana¹ -kasza jęczmienna² -kapusta kiszona -marchewka -jabłko -cukier -oliwa z oliwek <p>Do picia: kompot wieloowocowy</p>	<p><i>Banan pieczony z musem truskawkowym, chrupki kukurydziane</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -banan -truskawki mrożone -miód -chrupki kukurydziane <p>Do picia: woda mineralna -woda niegazowana Żywiec Zdrój</p>

<p>PIĄTEK 06.11.2020</p> <p>1050kcal</p>	<p><i>Płatki kukurydziane z mlekiem, pieczywo mieszane z masłem, pasta rybna, warzywa, owoc</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -płatki kukurydziane -mleko¹ -chleb pszenno-żytni² -chleb orkiszowy² -masło¹ -makrela w pomidorach⁴ -paprykarz z łososia⁴ -cebula -papryka -ogórek kiszony -banan <p>Do picia: herbata z cytryną i miodem</p>	<p><i>Zupa brokułowa z kaszą manną</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -brokuł mrożony -marchewka -pietruszkę -seler⁹ -śmietana¹ -masło¹ -natka pietruszki -kasza manna² 	<p><i>Naleśniki z serem i dżemem, surówka z marchewki</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -mąka pszenna² -jajka³ -mleko¹ -olej rzepakowy -twaróg półtłusty¹ -żółtko jajka³ -cukier -dżem truskawkowy -marchewka -śmietana¹ -jogurt naturalny¹ <p>Do picia: kompot z owoców mieszanych: truskawka, śliwka, agrest, porzeczki</p>	<p><i>Pieczywo mieszane z masłem, ser żółty, warzywa</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -chleb pszenno-żytni² -chleb orkiszowy² -masło¹ -ser żółty¹ -rzodkiewka -ogórek <p>Do picia: herbata z cytryną i miodem, woda mineralna</p> <p>-woda niegazowana Żywiec Zdrój</p>
--	--	---	---	--

Przyprawy używane w przedszkolu: lubczyk, majeranek, pieprz czarny, papryka czerwona słodka, oregano, zioła prowansalskie, bazylia, liść laurowy, ziele angielskie, kminek , tymianek, kurkuma, curry, kucharek smak natury, curry, bazylia czosnek granulowany.

Przyprawy mogą zawierać : **zboża zawierające gluten, jaja, mleko(łącznie z laktozą),soję, gorczycę, seler, orzeszki ziemne i sezam.**

Przypis górny w jadłospisie to alergeny.

Wykaz alergenów w załączniku.

Sporządziła: intendent Agata Hodurek