

Jadłospis

09.11.2020r. – 20.11.2020r.

	ŚNIADANIE OWOC	ZUPA	OBIAŁ DRUGIE DANIE	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK 09.11.2020 998kcal	<i>Pieczywo mieszane z masłem, filet, warzywa, owoc</i> -chleb pszenno-żytni ² -chleb graham ² -masło ² -filet z Bobrownik -papryka -rzodkiewka -gruszka Do picia: kawa inka²z mlekiem¹, herbata z cytryną i miodem	<i>Zupa ogórkowa z ryżem</i> -ogórek kiszony -marchewka -pietruszka -seler ⁹ -śmietana ¹ -masło ¹ -ryż -koperek	<i>Udka z kurczaka pieczone, ziemniaki, kapusta zasmażana</i> -udko z kurczaka -czosnek -olej rzepakowy -cebula -ziemniaki -jogurt naturalny ¹ -masło ¹ -kapusta -koperek -mąka pszenna ² Do picia: kompot wieloowocowy	<i>Pieczywo pszenne z masłem, serek brzoskwinowy</i> -weka pszenna ² -masło ¹ -twaróg półtłusty ¹ -jogurt naturalny ¹ -brzoskwinie w syropie -miód pszczeli Do picia: herbata z cytryną i miodem, woda mineralna -woda niegazowana Żywiec Zdrój
WTOREK 10.11.2020 1080kcal	<i>Pieczywo mieszane z masłem, parówki z ketchupem, warzywa, owoc</i> -chleb pszenno-żytni ² -chleb orkiszowy ² -masło ¹ -parówki Sokoliki ^{1,9,10} -ketchup ⁹ -papryka -rzodkiewka -jabłko Do picia: kakao z mlekiem¹, herbata z cytryną i miodem	<i>Krupnik z mięsem, kaszą i ziemniakami</i> -mięso od szynki -marchew -pietruszka -seler ⁹ -cebula -masło ¹ -natka pietruszki -kasza jęczmienna ² -śmietana ¹ -ziemniaki	<i>Makaron z koktajlem truskawkowym, marchewka z ananase</i> -makaron kokardki ² -kefir ¹ -truskawki mrożone -miód pszczeli -marchewka -ananas w syropie -śmietana ¹ -jogurt naturalny ¹ -cukier Do picia: kompot wieloowocowy	<i>Pieczywo mieszane z masłem, pasta rybna</i> -chleb pszenno-żytni ² -chleb orkiszowy ² -masło ¹ -makrela w pomidorach ⁴ -paprykarz z łososia ⁴ -cebula -pomidor -ogórek Do picia : herbata z cytryną i miodem, woda mineralna -woda niegazowana Żywiec Zdrój

<p>CZWARTEK 12.11.2020</p> <p>1101kcal</p>	<p><i>Pieczywo mieszane z masłem, kielbasa , warzywa, owoc</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -chleb pszenno-żytni² - chleb graham² -masło¹ -kielbasa małopolska -papryka -rzodkiewka -marchew do chrupania -banan <p>Do picia: kakao z mlekiem¹, herbata z cytryną i miodem</p>	<p><i>Zupa z groszku zielonego z ziemniakami</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -groszek zielony mrożony -marchewka -pietruszk -seler⁹ -śmietana¹ -masło¹ -ziemniaki -natka pietruszki 	<p><i>Bitki wieprzowe w sosie, kasza, sałatka z pomidorków</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -mięso od szynki -cebula -czosnek -olej rzepakowy -włoszczyzna⁹ -śmietana² -mąka pszenna² -kasza² -pomidorki koktajlowe -cebula -natka pietruszki -oliwa z oliwek <p>Do picia: kompot wieloowocowy</p>	<p><i>Jabłko pieczone z miodem i cynamonem, chrupki kukurydziane</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -jabłka -miód pszczeli -cynamon -chrupki kukurydziane <p>Do picia: woda mineralna -woda niegazowana Żywiec Zdrój</p>
<p>PIĄTEK 13.11.2020</p> <p>1018kcal</p>	<p><i>Płatki kukurydziane z mlekiem, pieczywo mieszane z masłem, serek śmietankowy ze szczypiorkiem, warzywa, owoc</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -płatki kukurydziane -mleko¹ -chleb pszenno-żytni² -chleb orkiszowy² -masło¹ -twaróg półtłusty¹ -jogurt naturalny¹ -szczypiorek -pomidor -rzodkiewka -winogrono <p>Do picia: herbata z cytryną i miodem</p>	<p><i>Zupa pieczarkowa z makaronem</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -pieczarki -marchewka -pietruszk -seler⁹ -śmietana¹ -masło¹ -makaron muszelki² -natka pietruszki 	<p><i>Miruna panierowana, ziemniaki, buraki z jabłkiem</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -miruna mrożona⁴ -mąka pszenna² -jajka³ -mleko¹ -bułka tarta² -olej rzepakowy -ziemniaki -masło¹ -jogurt naturalny¹ -cebula -buraki -jabłka -cukier -oliwa z oliwek <p>Do picia: kompot z owoców mieszanych: truskawka, śliwka, agrest, porzeczki</p>	<p><i>Kisiel truskawkowy, wafle ryżowe</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -truskawki mrożone -skrobia ziemniaczana -cukier -wafle ryżowe <p>Do picia: woda mineralna, -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, kucharek smak natury, bazylia, kurkuma, czosnek granulowany, cynamon.

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

