

 JADŁOSPIS

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| L.P. | DATA | **I ŚNIADANIE-8.30** | **OBIAD – I DANIE + PODWIECZOREK 11.30** | **OBIAD – II DANIE 14.15** |
| 1. | **24.02.2025** |  **Kasza (1)**manna na gęsto na **mleku(7) -250ml skład : może zawierać orzeszki ziemne , orzechy , nasiona sezamu , soję ,** z musem truskawkowym **i** siemieniem lnianym **.** Pieczywo **pszenno żytnie (mąka pszenna (1),** zakwas żytni**, mąka żytnia (1)**woda ,drożdże i **i graham z otrębami**  mąka **graham(1) typ1850** mąka **żytnia typ 720** mąka **pszenna 650 ,** drożdże piekarskiewoda, sól,) **-30g masłem(7)-**4g, **serem (7)** żółtym skład :**mleko** , sól ,stabilizator , bakterie fermentacji- 35 g **,** z patisonem -15g, ćwiartka jabłka do chrupania , herbata owocowa żurawinowa z cytryną- 200ml. | Zupa grochowa ( woda, ziemniaki **,** marchew, pietruszka, **seler(9),** udka,groch suchy żółty ,por,natka **).** – 250ml. Mus jabłkowy -150 ml, Ciasteczko bez cukrowe z morelą składniki : mąka **pszenna** ,pełnoziarnista, mąka **żytnia, jęczmienna ,** pełnoziarniste płatki **:owsiane i orkiszowe ,** substancję słodzącą maltitole, olej słonecznikowy , morela 7% (morela , mąka ryżowa ), serwatka w proszku z **mleka ,** substancję spulchniającą **:** węglany sodu ,węglany amonu : sól morska, aromaty , może zawierać **soję** ,oraz **orzechy.** | Kotlet siekany: (mięso filet z kurczaka , **jajka (3) ,** mąka(1) **pszenna** przyprawy: (majeranek , papryka słodka , zioła prowansalskie , pieprz ziołowy ) -1 szt  ziemniaki z koperkiem -150g, surówka – z marchewki oprószonej (woda, marchew, (7) melon , kompot ze śliwki-150ml ( woda , śliwka mrożona ) |
| 2. | **25.02.2025** | Kakao na **mleku (7)-250ml . Bułka** kajzerkaskład **: mąka** pszenna typ 650 **(gluten) margaryna 70%** sól, drożdże piekarskie , cukier woda , może zawierać śladowe ilości sezamu  **, 0,5 szt bułki(1) z masłem (7)-4 g** z dżememtruskawkowym -15 g , 0,5 szt bułki (1) **serem** białym **(mleko(7),** z rzodkiewką – 30g, marchewka do chrupania  - 15 g**,** herbata owoce wiśniowa z cytryną -200ml . | Zupa ogórkowa ( woda , ziemniaki, ogórek kiszony skład: (woda, sól , czosnek ), marchew, **seler(9),** pietruszka, por, natka,) -250ml **Chałka(1)(**mąka **pszenna (1)**typ 650, sól, drożdże, jajka, margaryna 70/%, woda ) **z masłem(7)** – 1 szt . | Gulasz mięsno warzywny (mięso od szynki )z warzywami (marchewka , kalafior , mieszanka warzywna -180/50 ml, -60g w sosie własnym skład sosu : (marchew , pietruszka , cebula , **seler (9) )–** 50 ml , **kasza(1)** gryczana –130 g , surówka – buraczki -80g, kompot wieloowocowy zawiera : woda , owoce mrożone, wiśnie , śliwki, porzeczka czarna – 150ml. jabłko, 1 szt. |
| 3. | **26.02.2025** | Płatki ryżowe**{1)** na **mleku(7)** **. Pieczywo pszenne i żytnie(mąka pszenna (1)** zakwas żytni**,** mąka **żytnia(1)**woda drożdże **i żytni ze słonecznikiem (1)j. z** dodatkiem słonecznika - 30g,  **z masłem (7) -4g,**  szynką drobiową skład :filet z indyka , sól , cukier, mieszanka przypraw, substancja konserwująca : azotan sodu produkt bezglutenowy **,** ogórek kiszony , sałata lodowa **,** rzodkiewka do chrupania- 15 g **,**  herbata owoce sadu z cytryną -200ml . | Zupa krem z białych warzyw z grzankami (woda , ziemniaki, kalafior, pietruszka , **seler (9),** por , pietruszka nać ) Grzanki wyrób własny : bułka weka **skład : (**mąka **pszenna 650 (1)** drożdże piekarski , margaryna 70%, woda cukier **).**  **Bułka** weka **(1)** z **masłem(7)- 1 szt** ziarenka słonecznika do chrupania . | Pierogi ukraińskie(wyrób własny)zawiera : mąka **pszenna** , **jajka (3) ,** ziemniaki gotowane, **ser biały (7 )**-180g , **jogurtem** naturalnym (7) napój brzoskwiniowo (syrop brzoskwini ) składniki: woda , cukier ,regulator kwasowości ,kwas cytrynowy , cytryna, mięta -150ml, banan – 1 szt. |
| 4. | **27.02.2025** | Płatki **kukurydziane (1) skład : kasza kukurydziana, cukier, ekstrat ze słodu jęczmiennego , mleko , orzechy archaidowe i inne orzechy) na mleku(7)–** 250ml. Pieczywo **pszenne i żytnie(**mąka **pszenna (1)** zakwas **żytni,** mąka **żytnia(1)**woda ,drożdże **i żytni (1)** zdodatkiem **słonecznika** - 30g,  **z masłem (7) -4g,** pastą jajeczną **(jajka 3 )** majonez skład **: gorczyca ,** olej rzepakowy , **gorczyca ,** żółtko **jaja** ,ocet , musztarda **,** z rzodkiewką , papryką , kiełki-30 g , ziarenka dyni do chrupania **- 15**g, **-**herbata owoce wiśniowa z cytryną -200ml .  |  ***Powiedział Bartek że dziś tłusty czwartek*** Barszcz biały zkiełbaską (woda , ziemniaki ,zakwas z mąki **żytnie**j (1) skład : woda , mąka **żytnia** 11,65 % , mąka **pszenna** 1,85 , sól ,substancja konserwująca sorbinian potasu **seler (9),** pietruszka , marchewka , por ,natka, ) – 250 ml Pączek – 1 szt. | Nuggetsy skład : fileta z kurczaka w panierce z płatków **kukurydzianych :**skład (kasza **kukurydziana 82%**cukier, ekstrakt ze słodu **jęczmiennego ,** sól, produkt może zawierać **mleko, orzechy** arachidowe i inne **orzechy**  ((**jajka (3),** olej rzepakowyprzyprawy :pieprz ziołowy, papryka słodka mielona **),** ziemniaki z koperkiem-**150g,** surówka z sałaty lodowej z rzodkiewką w sosie **jogurtowym** zawiera **:mleko(7)** – 80 g, kompot śliwkowy (woda śliwka , mrożona ,cukier ) -150ml. mandarynka.. |
| 5. | **28.02.2025** | Kawa Inka **na mleku (7) .Pieczywo pszenne i żytnie**  zakwas żytni**, mąka żytnia(1)**woda ,drożdże **i graham z otrębami (1)(** mąka **pszenna ,** mąka **graham , otręby ,**sól , drożdże , **woda) z masłem (7) – 4g ,**  z pasztetem drobiowym skład: filet z indyka , sól , cukier, mieszanka przyprawy konserwujące -azotyn ,z ogórkiem kiszonym , papryką, chrupki z suszonych jabłek -15 g,,herbata owocowa z cytryną -200 g, herbata leśna z cytryną -200 ml. | Zupa wielowarzywna (woda, marchew , kalafior, fasolka szparagowa , brokuł , pietruszka , **seler (9) ,** por, natka, ) Sałatka owocowa – brzoskwinia z puszki, ananas z puszki , mandarynka z puszki – 200 g ,talarki z jagodami goji -2 szt. | Kotlet rybny (ryba miruna ) z papryką pieczoną -60 g ,skład (jajka (3), **bułka** tarta :skład: (mąka **pszenna** , woda , sól, drożdże , tłuszcz ) cebula, olej rzepakowy przyprawy : pieprz ziołowy, majeranek ) ziemniaki z koperkiem -150g, surówka z kapusty kiszonej -80g, napój z soku z brzoskwini , ananasa , mandarynki z cytryną , miętą -150ml . |

 ***Przedszkole nr 18* *ZASTRZEGA SIĘ DROBNE ZMIANY W JADŁOSPISIE.***

 ***Woda do picia na grupach. Substancje lub produkty powodujące Alergie lub reakcje nietolerancji zostały pogrubione zgodnie z rozporządzeniem 1169/2***

 *Jadłospis opracowany dla dzieci o zapotrzebowaniu energetycznym 1400kcal. W Przedszkolu nr 18 używa się zboża zwierające*

 *gluten, soję, mleko, jaja, ryby, gorczycę ,orzechy. Do przyrządzania potraw używamy oleju rzepakowego .*