JADŁOSPIS

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| L.P. | DATA | **I ŚNIADANIE-8.30** | **OBIAD – I DANIE + PODWIECZOREK 11.30** | **OBIAD – II DANIE 14.15** |
| 1. | **03.03.2025** | Płatki  **owsiane**  **(1) skład:** ziarna owsa **na mleku(7)–** 250ml. Pieczywo **pszenne (mąka pszenna (1),** zakwas żytni**, mąka żytnia (1)**woda ,drożdże **i graham (1)**mąka **graham z otrębami(1)typ 1850**mąka **pszenna typ 650 (**woda, sól drożdże, ) -30g **z masłem(7)-4g,** serem żółtym, sałatą lodową , ogórkiem kiszonym -35g ziarenka słonecznika do chrupania -15g, herbata owocowa wiśniowa z cytryną- 200ml. | Zupa-kapuśniak z kiszonej kapusty **(** woda,kapustakiszona ziemniaki . **seler (9) ,** pietruszka, marchew, por, natka **)**  **-**250ml**.** Bułka weka **skład : (**mąka **pszenna 650 (1)** drożdże piekarski , margaryna 70%, woda cukier **) z masłem (7)–** 1szt . | Pulpety mięsne (mięso od szynki **jajka (3), bułka weka (1)** 60g, w sosie pomidorowym skład :koncentrat pomidorowy 30%-50 ml, ziemniaki z koperkiem – 150 g , surówka-marchewka liliputka z masełkiem -80g kompot ze śliwki -150 ml. skład :(woda , śliwka mrożona ), jabłko . |
| 2. | **04.03.2025** | Płatki **kukurydziane (1) skład : kasza kukurydziana, cukier, ekstrat ze słodu jęczmiennego , mleko , orzechy archaidowe i inne orzechy) na mleku(7)–** 250ml.  **Pieczywo pszenne(mąka pszenna (1)** zakwas żytni**, mąka żytnia (1)**woda ,drożdże**, i razowe (1) (**mąka **żytnia(1) typ2000** mąka **żytnia typ 720** mąka **pszenna 650 ,** drożdże piekarskiewoda, sól, **-30 g,** z szynką drobiową skład: filet z indyka , sól, cukier , mieszanka przypraw , substancja konserwująca : azotan sodu produkt bez glutenowy , z patisonem , kiełki herbata owocowa cytryną -200ml | Zupa pomidorowa z ryżem ( woda, koncentrat pomidorowy 30% ryż biały zawiera : gluten (z **pszenicy** żyta , jęczmienia , owsa , pszenicy orkisz) **seler (9),** pietruszka , marchewka , por ,natka ) - 250ml.**.**  Kisiel owocowy zawiera : woda, **mleko** -150 ml . Chrupki kukurydziane – 1 szt. | Łazanki (**makaron** łazankowy (7) skład: **mąka** pszenna (1) , **soja ) mięso od** szynki, kiełbasa drobiowa , kapusta kiszona , kapusta biała , - 220 g , melon, napój wiśniowy z cytryną (woda , syrop wiśniowy ) -150ml. |
| 3. | **05.03.2025** | **Kasza(1)** kukurydziana skład : oczyszczone ziarna kukurydzy nie zawiera glutenu na **mleku (7)- 250ml 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 pastąz sera **żółtego(7)**składniki : **(mleko(7),** sól,stabilizator, bakterie fermentacji **)** i **tuńczyka** składniki: kawałki **tuńczyka** 49% strzępy mięsa z 21% ,woda sól**,**  z ogórkiem kiszonym , papryką , natką, -35g ziarenka dyni do chrupania -15 g, herbata owocowa czarna porzeczka z cytryną – 200 ml. | Krupnik z trzech kasz ( woda, **kasza jęczmienna** (1), **jaglana, pęczak(1)** ziemniaki ,marchew, pietruszka, **seler(9),** por, lubczyk świeży,natka ). Chałka (mąka **pszenna** (1) typ 650 , sól , drożdże piekarskie ,**mleko** cukier , margaryna 70%)z **masłem(7)** zawiera **mleko** – 1 szt | Pierogi ukraińskie(wyrób własny)zawiera : mąka **pszenna** , **jajka (3) ,** ziemniaki gotowane, **ser biały (7 )**-180g , **jogurtem** naturalnym (7) kompot wieloowocowy składniki: (truskawka ,śliwka , wiśnia mrożona ) -150ml, banan – 1 szt. |
| 4. | **06.03.2025** | **Płatki ryżowe (1) na mleku (7)-250ml.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 serem** biały **(zawiera : śmietanka (7)** ,kultury bakterii fermentacji mlekowej ) z rzodkiewką , ziarenka słonecznika do chrupania -15 g,herbata leśna z cytryną -200 ml. | Zupa koperkowa**(** ziemniaki , woda , **seler (9),** marchew, pietruszka,ziemniaki , koper **,** por, natka)-250ml. Koktajl Shreka ( jogurt naturalny , szpinak , cytryna) – 180ml, biszkopt -2 szt. | Kotlet z fileta z kurczaka: (mięso filet z kurczaka , **jajka (3) ,** mąka(1) **pszenna** przyprawy: (majeranek , papryka słodka , pieprz ziołowy ) -1 szt  ziemniaki z koperkiem -150g, surówka – colesław (kapusta biała , kapusta czerwona , marchewka , cebula , jogurt naturalny , majonez ) jabłko , kompot truskawkowy -150ml ( truskawka mrożona, woda ).- 150 ml. |
| 5. | **07.03.2025** | Kakao skład: kakao o obniżonej zawartości tłuszczu 10-12%regulator kwasowości ,węglanpotasu , może zawierać **mleko i soję**  na **mleku -**150ml.**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 ,** **jajka (3)** gotowanego , w sosie jogurtowo skład: mleko , majonezowym skład ; **gorczyca** , olej rzepakowy , żółtko **jaja** , ocet , musztarda , **żurawina do chrupania – 15 g,** herbata owocowa z cytryną -200 ml. | Zupa -barszcz czerwony z **jajkiem** (3) ( woda, ziemniaki , burak czerwony, **seler (9),** pietruszka , marchewka , czosnek , por ,natka ) - 250ml.. Chleb tostowy skład : mąka **pszenna(1) 650 ,** sól , drożdże piekarskie , margaryna 70%, woda , cukier**, (1**)  **z masłem (7) – 1 szt.** | Spaghetti (**makaron(7) skład :** mąka **pszenna (1), soja,** z mięsem od szynki ,pomidory z puszki w sosie neapolitańskim **-** 180g/50ml, surówka – ogórek kiszony ½ mandarynka, kompot ze śliwek -150ml ( woda, śliwka mrożona ) banan.  |

***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***