*JADŁOSPIS*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| L.P. | DATA | **I ŚNIADANIE-8.30** | **OBIAD – I DANIE + PODWIECZOREK 11.30** | **OBIAD – II DANIE 14.15** |
| 1. | **05.05.2025** | 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,**  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 papryką , patisonem -35g ziarenka słonecznika do chrupania -15g, herbata owocowa wiśniowa z cytryną- 200ml. | Zupa fasolowa (fasola sucha )( woda, ziemniaki , fasola Jaś **seler (9),** pietruszka , marchewka , por ,natka ) - 250ml **Rogalik** **(1)skład:** mąka **pszenna typ650 (gluten)**, sól , drożdże piekarskie ,margaryna 70% , woda, cukier ) z **masłem** zawiera **:mleko(7)** (7) **-** 1 szt , ziarenka dyni do chrupania -15 g. | Lazania **(makaron** kokardki (1), skład sos pomidorowy (wywar rosołowy , woda , mięso , cebula marchew , pietruszka , **seler** , **masło,** przyprawy **)** mięso od szynki , **ser żółty** (1) skład : **mleko** , sól , stabilizator . bakterie fermentacji , mlekowej , podpuszczka mikrobiologiczna ) z sosem pomidorowym (wywar rosołowy )koncentrat pomidorowy 30% , makaron(**pszenica** ) kokardki )-180g /50ml, surówka – pół ogórka zielonego , kompot: skład: woda , (śliwka mrożona ) , cukier -150 ml, jabłko. |
| 2. | **06.05.2025** | 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 ogórkiem zielonym , kiełki- 35 g , marchewka do chrupania – 15g , herbata owocowa cytryną -200ml | Zupa Ratatuj (woda , ziemniaki, pietruszka , **seler (9),** kapusta młoda **,** pomidory **,** por , pietruszka nać ) – 250ml. Chleb tostowy skład : mąka **pszenna(1) 650 ,** sól , drożdże piekarskie , margaryna 70%, woda , cukier**, (1**) z nutella skład: cukier , olej palmowy , **orzechy** laskowe , **mleko** odtłuszone w proszku 807%, kakao w proszku o obniżonej zawartości tłuszczu 7,4% emulgator :lecytyna (**soja )** , wanilia .**-** 1 szt . | **Jajko (3)** sadzone – 1 szt, ziemniaki z koperkiem-150g, surówka z sałaty lodowej z rzodkiewką z polewą **jogurtowo** (7) **– 80 g,** kompot z jabłek (woda ,jabłka , cynamon) – 150 g , arbuz . |
| 3. | **07.05.2025** | **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.w z** dodatkiem słonecznika - 30g, - z **, jajkiem(3)** krojonym, rzodkiewką, papryką – 35g, ziarenka dyni do chrupania - 15g , herbata owocowa z cytryną 200ml . | 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 . Bułka weka **skład : (**mąka **pszenna 650 (1)** drożdże piekarski , margaryna 70%, woda cukier **) z masłem (7)–** 1szt . | Pulpety mięsno (mięso od szynki , **jajka (3), bułka weka (1)** 60g, w sosie koperkowo **śmietanowym** (7)-50 ml, ziemniaki z koperkiem -150 g , surówka- brokuł z masełkiem -80g , jabłko, kompot truskawkowy (truskawka mrożona ) -150 ml. . |
| 4. | **08.05.2025** | **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 pasztetem drobiowym skład: filet z indyka , sól , cukier, mieszanka przyprawy konserwujące -azotyn ,z ogórkiem kiszonym , papryką, ziarenka dyni do chrupania -15 g,herbata leśna z cytryną -200 ml. | Zupa – krupnik ( woda , ziemniaki, marchew, **seler(9),** pietruszka, **kasza jęczmienna** (1) skład : ziarno jęczmienne , por, natka, ziemniaki ) -250ml . Kisiel -150ml zawiera :woda , mleko . Pieczywo chrupkie skład : mąka **pszenna(1),** mąka **żytnia (1)** **mleko(7),** w proszku ) z **masłem** (7) **-** 1 szt .ziarenka dyni do chrupania. | Risotto mięsno (filet z kurczaka) w sosie **śmietanowo** (7)– koperkowym **(7)**-60/ 50 ml, **ryż( 1)** paraboliczny na sypko zawiera **:gluten** z **pszenicy żyta, jęczmienia, owsa , pszenicy orkisz , seler -130g** , surówka z buraczków -80g , melon , kompot wieloowocowy - 150ml.(woda, śliwka , porzeczka czerwona , jabłko ) |
| 5. | **09.05.2025** | Płatki **jęczmienne** na **mleku** (7)skład : zmielona z **pszenicy** durum -205 ml: **Szwedki stół .** Pieczywo **pszenno żytnie**(skład **:**mąka **żytnia** 700 i mąka **pszenna** typ 650 sól,drożdże piekarskie , wodaj.w **+ słonecznik słonecznikowe (1)-**30g  **,z masłem(7)-4g,** szynka drobiowa , **ser (7) ż**ółty  **skład :(mleko(7),** sól,stabilizator, bakterie fermentacji **)** sałata lodowa ,ćwiartka **jajka** (3) ogórek zielony , rzodkiewka biała, , kiełki , plasterki jabłka do chrupania herbata owocowa – owoce sadu z cytryną -200 ml. | Zupa -barszcz czerwony ( woda, ziemniaki , burak czerwony, **seler (9),** pietruszka , marchewka , czosnek , por ,natka ) - 250ml. **Chałka(1)**  skład **: mąka pszenna (1)650 (1)** sól, drożdże piekarskie z **masłem (7) – 1 szt.** | Pampuchy (wyrób gotowy ) składniki: mąka **pszenna (1) ,** woda, cukier,drożdże, **mleko(7) w** proszku **,** olej rzepakowy, substancje spulchniające, węglan sodu, **jajka(3),** sól, aromat**) –** 2 szt z polewą **jogurtowo(7)skład : mleko (7), t**ruskawkową (truskawka mrożona ) -50ml, kompot wieloowocowy ( woda ,owoce mrożone, aronia, truskawka , śliwka ) -80g , arbuz. |

***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***

***Każda potrawa może zawierać śladowe ilości wyżej wymienionych alergenów. 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 .***