Jadłospis

 Poniedziałek 05.06.2023
Śniadanie: **Pieczywo mieszane**/25g/(chleb z ziarnem, chleb tradycyjny- mąka pszenna), **kakao** /200ml/(mleko 2%),
 **masło** 83%, **parówki z szynki**/40g/(83% mięsa wieprzowego), **ketchup, papryka czerwona,**
 **herbata** /200ml/. **A: 1,6,7.**
Obiad: **Kartoflanka zabielana z natką pietruszki** /250ml/ (wywar drobiowo warzywny: kurczak, indyk,
 marchew, seler, pietruszka, natka), (śmietana 18%).
 **Leczo warzywne z kiełbasą** /150g/( papryka czerwona, leczo, cukinia, marchew, pietruszka, por,
 pomidory krojone, koncentrat pomidorowy 30%), **ryż paraboliczny**/70g/, **kompot** /200ml/ (aronia,
 czarna porzeczka, jabłko, wiśnia). **A: 1,6,7,9.**
Podwieczorek: **Pieczywo mieszane** /30g/(bułka grahamka, bułka kajzerka- mąkapszenna, ziarna zbóż),
 **serek do chleba**/10g/(pochodne mleka), **serek waniliowy**/10g/(pochodne mleka), **masło** 83%,
 **rzodkiewka,** **herbata** /200ml/. **A:1,7.**

 Wtorek 06.06.2023
Śniadanie: **Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi** /250ml/(mleko 2%), **pieczywo mieszane**/25g/(bułka
 grahamka, bułka kajzerka- mąkapszenna), **masło** 83%, **jabłko prażone**/12g/(100% owoców), **dżem**/12g/(100% owoców), **pomidorki koktajlowe**, **herbata** /200ml/**. A:1,7.**
Obiad: **Rosół z makaronem i natką pietruszki** /250ml/(wywar drobiowo warzywny: kurczak, indyk,
 marchew, seler, pietruszka), (makaron nitka –mąka pszenna).
 **Udziec z kurczaka pieczony** /90g/, **ziemniaki** /150g/, **surówka z marchewki i jabłka** /100g/,
 **kompot** /200ml/(aronia, czarna porzeczka, jabłko, wiśnia).  **A: 1,7,9.**
Podwieczorek: **Kaszka kuskus z jogurtem naturalnym truskawkami i borówką amerykańską** /200g/,
 **herbata** /200ml/. **A: 1,7.**

 Środa 07.06.2023
Śniadanie: **Pieczywo mieszane**/25g/(bułka grahamka, bułka kajzerka- mąkapszenna), **kawa mleczna** /200ml/
 (mleko 2%, jęczmień, żyto), **masło** 83%, **twarożek ze szczypiorkiem**/12g/(twaróg biały półtłusty-
 pochodne mleka, jogurt naturalny, śmietana 18%), **ser Gouda**/12g/(pochodne mleka), **rzodkiewka**, **herbata** /200ml/. **A:1,7.**
Obiad: **Zupa pomidorowa z ryżem** /250ml/(wywar drobiowo warzywny: kurczak, indyk, marchew,
 seler, pietruszka, por, natka), (ryż biały, śmietana 18%, koncentrat pomidorowy 30%,
 pomidory krojone).
 **Gulasz wieprzowy** /80g/ (szynka wieprzowa, mąka pszenna, olej rzepakowy, włoszczyzna paski, papryka
 czerwona, śmietana 18%), **kasza jęczmienna**/70g/(gryka), **mizeria z jogurtem** /100g/, kompot /200ml/
 (aronia, czarna porzeczka, wiśnia).
 **Bufet owocowy A: 1,7,9.**
Podwieczorek: **Pieczywo mieszane** /30g/(chleb z ziarnem, chleb włoski- mąkapszenna, ziarna zbóż),
 **pasztet wieprzowy**/20g/ (wypiek własny), **masło** 83%, **ogórek kiszony**, **herbata** /200ml/.
 **A: 1,3,7.**

 Czwartek 08.06.2023
 **BOŻE CIAŁO**

 Piątek 09.06.2023
 **PRZEDSZKOLE NIECZYNNE**

 Poniedziałek 12.06.2023
Śniadanie: Pieczywo mieszane/25g/(bułka grahamka, bułka kajzerka- mąka pszenna), masło 83%, serek
 Łaciaty/12g/ (pochodne mleka), serek do chleba/12g/(pochodne mleka), papryka czerwona,
 papryka żółta, herbata owocowa /200ml/. A: 1,7.
Obiad: Zalewajka z kiełbasą, jajkiem i ziemniakami /250ml/(wywar kostny, mąka żytnia, kiełbasa,
 boczek, żurek na zakwasie, barszcz biały na zakwasie), (śmietana 18%, jaja).
 Makaron z truskawkami i śmietaną /250g/(truskawka, mąka pszenna, soja, śmietana 18%), kompot
 /200ml/(aronia, czarna porzeczka, jabłko, wiśnia), A: 1,3,6,7,9.
Podwieczorek: Pieczywo mieszane /30g/(chleb z ziarnem, chleb tradycyjny- mąka pszenna, ziarna zbóż),
 kakao /200ml/(mleko 2%), masło 83%, wędlina wieprzowa/20g/, sałata, pomidor, herbata
 /200ml/. A: 1,6,7.

Wtorek 13.06.2023
Śniadanie: **Pieczywo mieszane**/25g/(bułka grahamka, bułka kajzerka- mąkapszenna), **kawa mleczna** /200ml/
 (mleko 2%, jęczmień, żyto), **masło** 83%, **jajecznica**/12g/, **ser Gouda** /12g/(pochodne mleka),
 **szczypiorek, ogórek świeży,** **herbata** /200ml/. **A: 1,3,7.**
Obiad: **Zupa kalafiorowa z ryżem** /250ml/ (wywar drobiowo warzywny: kurczak, indyk, marchew,
 seler, pietruszka, kalafior), (ryż biały, śmietana 18%).
 **Filet z piersi kurczaka panierowany** /60g/(jaja, mąka pszenna, olej rzepakowy, bułka tarta), **ziemniaki**
 /150g/, **surówka z kapusty pekińskiej** /100g/(marchew, jabłko, kapusta pekińska, majonez), **kompot**
 /200ml/(aronia, czarna porzeczka, jabłko, wiśnia). **A: 1,3,7,9.**
Podwieczorek: **Jogurt z owocami** /150g/(pochodne mleka), **herbata** /100ml/.
 **A: 1,7.**

 Środa 14.06.2023
Śniadanie: **Zupa mleczna z płatkami** **kukurydzianymi** /250ml/(mleko 2%), **pieczywo mieszane**/25g/(bułka
 grahamka, bułka kajzerka- mąka pszenna), **masło** 83%, **serek waniliowy**/12g**/**(pochodne mleka), **dżem**/12g/(100% owoców), **herbata**/200ml/. **A: 1,7.**
Obiad: **Krupnik mazurski z ziemniakami i natką pietruszki** /250ml/(wywar drobiowo warzywny: kurczak,
 indyk, seler, marchew, pietruszka, por, ziemniaki), (kasza jęczmienna).
 **Spaghetti z mięsem** /300g/(mięso wieprzowe, makaron spaghetti- mąka pszenna, soja, olej rzepakowy)
 **i sosem bolońskim** (cukinia, papryka czerwona, pomidory, marchew, pietruszka, seler, koncentrat
 pomidorowy 30%, mąka ziemniaczana), **kompot** /200ml/(aronia, czarna porzeczka, jabłko, wiśnia).
 **Bufet warzywny**  **A: 1,7,9.**
Podwieczorek: **Pieczywo mieszane**/30g/ (chleb z ziarnem, chleb tradycyjny- mąkapszenna, mąka żytnia),
 **masło** 83%, **pasta z makreli jajka i twarogu** /50g/ (makrela, olej, twaróg biały półtłusty, majonez,
 jaja, gorczyca, gluten, seler, ocet, szczypiorek), **sałata**, **herbata** /200ml/.  **A: 1,3,4,7.**

 Czwartek 15.06.2023
Śniadanie: **Pieczywo mieszane**/25g/(bulka grahamka, bułka kajzerka- mąkapszenna), **masło** 83%,
 **kakao** /200ml/(mleko 2%), **wędlina drobiowa**/22g/, **sałata**, **papryka czerwona**, **herbata** /200ml/.
 **A: 1,6,7.**
Obiad: **Zacierka na rosole z natką pietruszki** /250ml/(wywar drobiowo warzywny: kurczak, indyk,
 marchewka, seler, pietruszka), (makaron zacierka- mąka pszenna).
 **Potrawka z udźca indyczego** /200g/( marchew, pietruszka, śmietana 18%, chrzan, mąka), **ziemniaki**
 /150g/, **surówka z ogórka kiszonego** /100g/(ogórek kiszony, marchew, jabłko, ananas), **kompot** /200ml/
 (aronia, czarna porzeczka, jabłko, wiśnia).  **A: 1,7,9.**
Podwieczorek: **Pieczywo mieszane** /30g/(chleb z ziarnem, chleb tradycyjny- mąkapszenna, ziarna zbóż),
 **masło** 83%, **ser mozzarella**/12g**/**(pochodne mleka), **twarożek**/12g/(twaróg biały półtłusty-
 pochodne mleka, jogurt naturalny, śmietana 18%), **pomidor**, **herbata** /200ml/.
 **A: 1,7.**

 Piątek 16.06.2023
Śniadanie:  **Pieczywo mieszane**/25g/(bułka grahamka, bułka kajzerka- mąkapszenna), **masło** 83%,
 **jogurt**/12g/(pochodne mleka), **banan**, **herbata** /200ml/. **A: 1,7.**
Obiad: **Zupa z botwiny z ziemniakami** /250ml/ (wywar drobiowo warzywny: kurczak, indyk,
 marchew, seler, pietruszka, botwina), (śmietana 18%).
 **Pulpet rybno-warzywny** /80g/(dorsz, morszczuk, mintaj, włoszczyzna paski, papryka czerwona, cukinia,
 jaja, mąka pszenna, bułka tarta, mąka, olej rzepakowy), **ziemniaki** /150g/, **surówka z kiszonej kapusty**
 /100g/, **kompot**/200ml/ (aronia, czarna porzeczka, jabłko, wiśnia). **A: 1,3,4,7,9.**
Podwieczorek: **Pieczywo mieszane** /30g/(chleb z ziarnem, chleb włoski- mąkapszenna, ziarna zbóż), **kawa
 mleczna** /200ml/ (mleko 2%, jęczmień, żyto), **masło** 83%, **jajko na twardo**/60g/, **sałata**,
 **herbata** /200ml/. **A: 1,3,7.**

 Do posiłków dzieci otrzymują: wodę mineralną lub soki owocowe
 oraz świeże owoce i warzywa

 Uwaga: zastrzega się zmiany w jadłospisie.

 Przybliżona minimalna gramatura po obróbce /g/ (nie obejmuje sosów) oraz minimalna objętość /ml/
 **(A)** – oznaczenie alergenów, które mogą występować w potrawach, numeracja i nazwy na osobnym wykazie.

 Kucharka: Intendent: Dyrektor: