

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
Poniedziałek 15.11.2021	Chleb graham 35g (mąka pszenna żytnia) masło 5g pomidor kiełbaski wieprzowe na gorąco 10g soja kawa zbożowa z mlekiem 200ml (jęczmień, żyto) gruszka wart.kal.235kcal	Zupa ziemniaczana 200ml śmietana Makaron z serem białym 60g (ser biały) surówka z marchwi i jabłek z rodzynkami 50g kompot 200ml wart. kal. 406kcal	Rogaliki drożdżowe z marmoladą 100g (mąka pszenna, jajka, mleko) Kakao z mlekiem 200ml wypiek własny wart. kal.190kcal
Wtorek 16.11.2021	Zupa mleczna z zacierką 200ml (mąka pszenna jajka) weka (mąka pszenna) 35g masło 5g miód lipowy jabłko wart. kal. 338 kcal	Zupa pomidorowa z ryżem 200ml (śmietana) ziemniaki 150g pieczeń z indyka w sosie koperkowym 60g surówka z kapusty pekińskiej i jabłek papryka czerwona 50g kompot 200ml wart. kal. 514kcal	Bułka drożdżowa z kruszonką 100g masło 5g (mąka pszenna) Kakao z mlekiem 200ml wypiek własny wart. kal. 213kcal
Środa 17.11.2021	Chleb słonecznikowy 35g (mąka żytnia pszenna) masło 5g pomidor, szczypiorek Kiełbasa drobiowa 15g (soja) <u>Jajko</u> gotowane, rukola Herbata z cytryną (jęczmień, żyto) 200ml banan wart. kal. 334kcal	Zupa grochowa z groszkiem ptyśiowym 200ml (śmietana) Jabłka w cieście z sosem truskawkowym 150g (mąka pszenna, jajka, jogurt) surówka z marchwi i jabłek pomarańczą 50g kompot 200ml wart. kal. 381kcal	Serek owocowy z czarną jagodą 50g (ser biały, truskawki) obwarzanki 35g (mąka pszenna) Sok marchwiowy wyrób własny wart. kal. 283kcal
Czwartek 18.11.2021	Chleb trzy ziarna 35g (mąka żytnia, pszenna) masło 5g pasta z sera białego (ser biały, jogurt) 15g rzodkiewka szczypiorek kawa zbożowa z mlekiem 200ml (jęczmień, żyto) pomarańcza wart. kal. 280 kcal Chleb	Zupa ogórkowa z ziemniakami 200ml (śmietana, jajka) kasza jaglana 4g gulasz wołowy w sosie z jarzynami 60g surówka z kapusty włoskiej i jabłek i kukurydzy 50g kompot 200ml wart. kal. 416 kcal	Chleb wieloziarnisty 35g (mąka żytnia) masło 5g ser żółty 15g rzodkiewka, szczypiorek herbata owocowa 200ml wart. kal. 283kcal
Piątek 19.11.2021	Graham 35g (mąka żytnia) masło 5g ogórek zielony jajecznica , szczypiorek herbata z cytryną 200ml marchew do gryzienia wart. kal. 283kcal	Zupa jarzynowa z kluseczkami 200ml (śmietana, jajka) ziemniaki 150g sznycelki rybne Miruna 60g (ryba, jajka) buraki zasmażane 50g (śmietana) kompot 200ml wart. kal. 531kcal	Wek 35g (mąka pszenna) masło 5g kiełbasa drobiowa 15g (soja) ogórek kiszony herbata z cytryną 200ml wart. kal. 243kcal
Poniedziałek 22.11.2021	Chleb słonecznikowy 35g (mąka żytnia) masło 5g kiełbasa wieprzowa 15g (soja) ogórek zielony kawa zbożowa z mlekiem 200ml (jęczmień, żyto) kiwi	Zupa pieczarkowa z kaszą 200ml (śmietana) pierogi leniwe 100g (mąka pszenna, jajka, ser biały) surówka z marchwi i jabłek ananasa 50g kompot 200ml wart. kal 397kcal	Bułka z ziarnami (mąka pszenna) 35g masło 5g Koktajl truskawkowy 100ml (jogurt naturalny) (wyrób własny) wart. kal. 261kcal

	wart. kal. 265kcal/		
Wtorek 23.11.2021	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianym 200ml Wek (mąka pszenna) 35g masło 5g dżem truskawkowy mandarynka wart. kal.284kcal	Rosół z makaronem 200ml (śmietana) ziemniaki 150g kotlet wieprzowy mielony60g (jajka) kapusta gotowana 50g (seler) kompot 200ml wart.. kal. 369kcal	Kanapka na ciepło 35g Kielbasa drobiowa 15g(soja) (mąka pszenna) ser żółty 15g ketchup herbata miętowa200ml wart. kal.451kcal
Środa 24.11.2021	Bułka pszenna (mąka pszenna)35g masło 5g ser żółty 15g szynka wieprzowa (soja)15g szczypiorek papryka czerwona , ogórek kiszony, set żółty Herbata cytryną 200ml jabłko wart. kal. 272kcal	Zupa fasolowa z ryżem brązowym 200ml (śmietana) Pierogi ze szpinakiem i serem białym100g (mąka pszenna ,ser biały ,jajka) Surówka z selera i jabłek z rodzynekami 50g kompot 200ml wart. kal. 388kcal	Chąłka z rodzynekami 35g (mąka pszenna) masło 5g Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (jęczmień, żyto) wart..kal 186kcal
Czwartek 25.11.2021	Chleb trzy ziarna (mąka żytnia) 35g masło 5g pasta z sera żółtego i jajek50g (ser żółty , jajka ,jogurt) Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (jęczmień , żyto) marchew do gryzienia wart. kal.362kcal	Zupa grysikowa 200ml (śmietana) Pieczeń drobiowo- wieprzowa 60g (jajka) Sos pomidorowy Surówka z kapusty włoskiej i jabłek kukurydzy 50g kompot 200ml wart.kal. 549kcal	Mini pizza z wędliną 50g (mąka pszenna , mleko) Ser żółty szynka wieprzowa, ketchup kawa zbożowa z mlekiem 200ml (jęczmień , żyto) wypiek własny wart. kal. 230 kcal
Piątek 26.11.2021	Chleb słonecznikowy (mąka pszenna) 35g masło 5g pasta z szynki i jajek 15g (soja, jajka, jogurt) 15g pomidor kawa zbożowa z mlekiem 200ml (jęczmień, żyto) banan wart. kal. 273kcal	Zupa brokułowa z zacierką 200ml (śmietana, jajka, mąka pszenna) ziemniaki150g sznycelki rybne Dorsz (ryba ,jajka) 60g surówka z kapusty kiszonej i jabłek 50g kompot 200ml wart. kal. 370kcal	Grysik na mleku z owocami (mleko) 50g Wek 35g (mąka pszenna) masło 5g sok jabłkowy 200ml wart. kal. 230kcal

DYREKTOR

INTENDENT

KUCHARKA

Zupy są gotowane na wywarze mięsno-warzywnym wraz z selerem. (kurczak indyk, marchew, , seler)pietruszką, por, natka pietruszki,)

Miedzy posiłkami dzieci otrzymują do picia wodę mineralną niegazowaną.(żywiec, gorczańska)

W jadłospisie wyróżniono **substancje lub produkty powodujące alergię lub reakcje nietolerancji** występujące w posiłkach przygotowanych

w naszym przedszkolu i zawarte w załączniku II do Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) NR 116969 / z dnia 25.11.2011