

JADŁOSPIS

	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
Poniedziałek 09.05.2022	Chleb pszenno żytni-35g (mąka pszenna) Masło -5g Polędwica sopcka-15g Papryka, pomidor ,szczypiorek Jabłko Herbata z cytryną -200ml	Kapuśniak z kapusty kwaszonej z mięsem i ziemniakami, natka (mieszanaka warzywna 7-składnikowa - seler , łopatka, ziemniaki, przyprawy,) 200ml 150kcal Kluski leniwe z masłem i cukrem (mąka pszenna, jajka, ser, masło) 250g -375kcal Kompot (mieszanaka kompotowa, cukier) 200g 45kcal Ok.570kcal	Musli z owocami (jogurt naturalny z owocami i płatkami kukurydzianymi) 200ml Ok. 290kcal
Wtorek 10.05.2022	Chleb pszenno żytni-35g (mąka pszenna) Masło -5g Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem Kawa zbożowa z mlekiem-200ml (mleko, jęczmień, żyto) Ok. 335kcal	Krupnik z kaszy jaglanej z mięsem ,natka (wywar warzywny- seler , kurczak tuszka, kasza jaglana, sól, zioła) 300ml-98kcal Ziemniaki z koperkiem180g -180 kcal Kotlet drobiowy w płatkach kukurydz. (filet z kurczaka , m.pszenna,jajka płatki kukurydziane ,olej,sól) 90g -256 kcal Mizeria z jogurtem naturalnym i śmietaną 60g 35kcal Kompot-200g 45kcal Ok. 614 kcal	Jabłko pieczone z miodem i cynamonem Wafle kukurydziane, Ok.230kcal
Środa 11.05.2022	Chleb ziarnisty -35g (mąka pszenna , siemie lniane, słonecznik,) -131kcal Masło -5g Kurczak z Bobrownik 15g Sałata,ogórek świeży,szczypiorek Herbata z cytryną -200ml Gruszka Ok. 338 kcal	Zupa fasolowa z grochu Jaśka z kielbasą toruńską (soja) i łazankami (wywar warzywny- seler , natka, sól, zioła) 250ml-200kcal Łazanki z mięsem i kapustą (m.pszenna,jajko ,łopatka wieprzowa,przyprawy) 300g-620 kcal Kompot-200ml.(mieszanaka kompotowa, cukier) 45kcal Ok.865kcal	Drożdżówka z kruszonką(wyrób własny) 103kcal (maka pszenna,jajko), mleko
Czwartek 12.05.2022	Chleb graham-35 g(mąka pszenna, mąka razowa)z masłem -5g Jajko w sosie, jogurtowo-majonezowym z groszkiem i szczypiorkiem-15g Kawa zbożowa z mlekiem-200ml (mleko, zboża)	Rosół z makaronem, natka (wywar warzywny- kurczak ćwiartka, włoszczyzna, seler, jaja, mąka pszenna , sól, przyprawy) 20g-296 kcal Ziemniaki z koperkiem 180g -180kcal Schab duszony w całości z cebulką 100g 197 kcal Surówka z ogórka kiszzonego z jabłkiem i zielonym groszkiem 80g 30kcal Kompot-200g.(mieszanaka kompotowa, cukier) 45kcal Ok. 748 kcal	Bukiet owocowy (mandarynka,jabłko,gruszka) Wafle ryżowe
Piątek 13.05.2022	Chleb pszenno żytni-35g (mąka pszenna) Masło -5g ,miód Zupa mleczna z płatkami owsianym -200ml Jabłko Ok.338kcal Ok. 420 kcal	Zupa pomidorowa z ryżem (wywar warzywny- seler , kurczak ćwiartka- mąka pszenna,jaja,śmietana przyprawy) natka-200ml 108kcal Ziemniaki z koperkiem 180g 180kcal Filet z miruny w panierce (bulka pszenna,jajko) 100g -232 kcal Buraczki z chrzanem (cytryna) 80g 10kcal Kompot-200ml.(mieszanaka kompotowa, cukier) 45kcal Ok.575kcal	Jogurt bio malinowy 150g Biszkopty (m.pszenna,jajko) Ok. 220kcal

Poniedziałek 16.05.2022	Chleb pszenno żytni-35g (mąka pszenna) Masło -5g Polędwica z indyka-15g Pomidor ,szczypiorek Jabłko Herbata z cytryną -200ml	Zupa jarzynowa z ryżem i natką (wywar warzywny- seler , kurczak tuszka, koncentrat pomidorowy, ryż brązowy, śmietana , sól, zioła,, masło) 250ml- 177 kcal Naleśniki ze serem i lekką nutą czekolady (m.pszenna,jajka) 250g-450kcal Jabłko 100g-52kcal Kompot 200g 45kcal Ok.724kcal	Chleb mieszany-35g(mąka pszenna, mąka żytnia) Pasztet pieczony,szczypiorek Rzodkiewka Herbata z cytryną-200ml Ok.160kcal
Wtorek 17.05.2022	Weka pszenna z małym 35g Ser żółty Kakao naturalne -200ml(kakao, mleko) Jabłko Ok.310 kcal	Zupa koperkowa z makaronem (wywar warzywny- seler , kurczak tuszka, m.pszenna , sól, zioła) -250ml -115kcal Ziemniaki z koperkiem 180g 180kcl Paluszki rybne z fileta (mąka pszenna)-90g 275kcl Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką, jabłkiem i kukurydzą z oliwą z oliwek 60g-49kcal Kompot (mieszanek kompotowa, cukier) 200g 45kcal Ok.664kcal	Surówka z gruszek i jabłek z rodzynkami Graham (m.pszenna) z masłem
Środa 18.05.2022	Chleb pszenno -żytni-35g z masłem -5g Kiełbasa Krakowskadrobiowa-15g Sałata ,papryka ,zielona cebulka Herbata z cytryną -200ml Gruszka Ok.273kcal	Barszcz czerwony z ziemniakami i jajkiem ,natka-200ml (wywar warzywny- seler ,buraki , ziemniaki, śmietana , sól) 250ml-315 kcal Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem -250g 475kcal Kompot-200g.(mieszanek kompotowa, cukier) 45kcal Ok. 835kcal	Chleb ziarnisty -35g (mąka pszenna , siemie lniane, słonecznik,) -131kcal, masło , Płatki kukurydziane z mlekiem .
Czwartek 19.05.2022	Gryzik na mleku 200ml Weka pszenna-35g (mąka pszenna) Masło -5g Miód wielokwiatowy; Jabłko Ok.300kcal	Zupa ogórkowa ziemniakami (wywar warzywny- seler , kurczak tuszka, m.pszenna , sól, zioła) -250ml -115kcal Mieszanek kasz / bulgul , jeczmienna / -150g 160kcl Bitki z mięsa wieprzowego w sosie własnym 100g-200kcl Fasola szparagowa gotowana 60g 22kcal Kompot-200g.(mieszanek kompotowa, cukier) 45kcal Ok. 542 kcal	Makaron z musem truskawkowym (m.pszenna,jajko) Ok.265kcl
Piątek 20.05.2022	Chleb pszenno -żytni -35 z masłem -5g Twarożek truskawkowy Kawa zbożowa z mlekiem-200ml (mleko, jęczmień, żyto) Gruszka ok 326 kcal	Zupa krem z zielonych warzyw z grzankami (m.pszenna) (wywar warzywny- seler , kurczak ćwiartka sól, zioła) 250g-167 kcal Ziemniaki z koperkiem 180g 180kcl Jajko sadzone 60g-106kcal Surówka kiszzonej kapusty (kapusta kiszona, marchew, jabłka, cebula, oliwa) 80g- 57kcal Kompot.(mieszanek kompotowa, cukier) 200g -45kcal Ok.555 kcal	Jabłko tarte, jogurt naturalny Ok. 220kcal

DYREKTOR

INTENDENT

KUCHARKA

Zupy gotowane są na wywarze mięsno warzywnym wraz z selerem. Między posiłkami dzieci otrzymują do picia wodę naturalną źródlaną.

W jadłospisach wyróżniono **produkty powodujące alergie** występujące w posiłkach przygotowywanych dla dzieci przedszkolnych i zawarte w załączniku II do Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego Rady (UE) NR116969/ z dnia 25.11.2011r