

Jadłospis - Przedszkole Publiczne w Harbutowicach			
Okres	27.09.2021 - 08.10.2021		
Dieta	Podstawowa		
Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
27.09.2021 Poniedziałek	Pieczywo pełnoziarniste, masło, ser żółty, sałata zielona, rzodkiew. Kawa zbożowa. II śniadanie: Arbuz, woda mineralna. ALERGENY: 1,7	Zupa jarzynowa z grysiem (skrzydełko z indyka, marchew, pietruszka, seler, por, kalarepka, kasza manna, śmietana, natka pietruszki). Ryż na mleku z sosem truskawkowym (ryż, mleko, truskawki, masło, śmietanka 30%, cukier). Kompot wielowocowy. ALERGENY: 7,9	Pieczywo pełnoziarniste, masło, wędlina, papryka żółta. Herbata z cytryną. ALERGENY: 1
28.09.2021 Wtorek	Płatki kukurydziane z mlekiem. Pieczywo pełnoziarniste, masło, pomidor. II śniadanie: Marchew, woda mineralna ALERGENY: 1,7	Zupa z fasolki szparagowej (wołowe żeberka, skrzydełko z indyka, marchew, pietruszka, seler, por, fasolka szparagowa, śmietana, natka pietruszki). Kotlet z piersi kurczaka (filet z kurczaka, mąka, jaja, bułka tarta, olej). Ziemniaki. Sałata zielona z jogurtem naturalnym. Kompot wielowocowy. ALERGENY: 1,3,7,9	Jogurt bananowy (jogurt naturalny, banan, miód). Biszkopik. ALERGENY: 1,3,7
29.09.2021 Środa	Rogal, masło, miód. Kakao. II śniadanie: Gruszka, woda mineralna. ALERGENY: 1,7	Rosół z makaronem (wołowe, żeberka, skrzydełko z indyka, marchew, pietruszka, seler, por, cebula, natka pietruszki). Gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym (mięso wieprzowe, ryż, kapusta biała, passata pomidorowa, śmietana, mąka) Ziemniaki. Kompot wielowocowy. ALERGENY: 1,3,7,9	Kisiel malinowy. Pałeczka kukurydziana. ALERGENY: brak
30.09.2021 Czwartek	Pieczywo pełnoziarniste, masło, pasztet, ogórek kiszony. Bawarka. II Śniadanie: Pomidorki koktajlowe, woda mineralna. ALERGENY: 1,7	Zupa meksykańska z grzanką (skrzydełko z indyka, marchew, pietruszka, seler, por, cebula, papryka czerwona, kukurydza, pieczywo, olej, ziola prowansalskie, koncentrat pomidorowy, natka pietruszki). Ryba pieczona w sosie koperkowym (filet z miruny, mąka, olej, koper, śmietana). Kasza gryczana. Surówka z kapusty pekińskiej, marchwi, cebuli i jabłka. Kompot wielowocowy. ALERGENY: 1,4,7,9	Sernik na zimno (biszkopie, ser twarogowy mielony, masło, cukier puder, galaretki, borówki) - wyrób własny. Herbata. ALERGENY: 1,3,7
01.10.2021 Piątek	Pieczywo pełnoziarniste, masło, tuńczyk, szczypiorek, ogórek zielony. Herbata z cytryną. II śniadanie: Banan, woda mineralna. ALERGENY: 1,4	Pomidorowa z lanym ciastem (skrzydełko z indyka, pomidory, marchew, pietruszka, seler, por, jaja, mąka, śmietana, natka pietruszki). Makaron z serem (makaron, ser twarogowy, masło, cukier). Surówka z marchwi i brzoskwini. Kompot wielowocowy. ALERGENY: 1,3,7,9	Wafle ryżowe, sok jabłkowy 100%. ALERGENY: 11
04.10.2021 Poniedziałek	Płatki ryżowe na mleku. Pieczywo pełnoziarniste, masło, pasta z sera twarogowego z daktylami. II śniadanie: Kalarepka, woda mineralna. ALERGENY: 1,7	Zupa porowa z grzanką czosnkową (wołowe żeberka, skrzydełko z indyka, por, marchew, pietruszka, seler, śmietana, bagietka, masło, czosnek, natka pietruszki). Placki ziemniaczane ze śmietaną (ziemniaki, jaja, mąka, cebula, czosnek, śmietana) Kompot wielowocowy. ALERGENY: 1,3,7,9	Salatka owocowa (banan, pomarańcz, kiwi, truskawka, brzoskwinia) ALERGENY: brak
05.10.2021 Wtorek	"Zrób sobie sam" Pieczywo pełnoziarniste, masło, wędlina, ser żółty, sałata zielona, pomidorki koktajlowe, papryka czerwona i żółta, ogórek zielony, rzodkiewka. Herbata z cytryną. II śniadanie: Rodzynki, woda mineralna. ALERGENY: 1,7	Zupa kalafiorowa z ryżem (skrzydełko z indyka, wołowe żeberka, kalafior, marchew, pietruszka, seler, por, śmietana, ryż, natka pietruszki). Pieczeń rzymska (mięso wieprzowe mielone, jaja, mąka ziemniaczana, cebula, papryka) Ziemniaki. Sałatka z kapusty czerwonej. Kompot wielowocowy. ALERGENY: 3,7,9	Mus bananowo - truskawkowy (banan, truskawki mrożone). Ciastko owsiane. ALERGENY: 1,3,8

Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
06.10.2021 Środa	Musli z mlekiem. Strucla, masło. II śniadanie: Papryka czerwona woda mineralna. ALERGENY:1,7,8,11	Zupa fasolowa z ziemniakami (skrzydełko z indyka, fasola czerwona, marchew, pietruszka, seler, por, ziemniaki, śmietana, natka pietruszki). Pierogi z mięsem (mąka, olej, mięso wieprzowe, cebula, czosnek, boczek wędzony) Surówka z kapusty kiszonej, marchwi i jabłka. Kompot wieloowocowy. ALERGENY: 1,7,9	Mini koperty z serem. Herbata owocowa. ALERGENY: 1,3,7
07.10.2021 Czwartek	Pieczynko pełnoziarniste, masło, pasta z jaj, szczypiorek, rzodkiewka, ogórek. Kawa zbożowa. II śniadanie: Winogrona, woda mineralna. ALERGENY: 1,3,7	Kartoflanka z kielbasą (wołowe żeberka, ziemniaki, kielbasa, marchew, pietruszka, seler, por, śmietana, natka pietruszki). Kolorowy gulasz z indyka (filet z indyka, cebula, olej, papryka, fasola, kukurydza, koncentrat pomidorowy, mąka). Kasza jęczmienna. Kompot wieloowocowy. ALERGENY: 1,7,9	Budyń waniliowy z brzoskwinia. Herbatnik. ALERGENY: 1,3,7
08.10.2021 Piątek	Pieczynko mieszane, masło, dżem. Mleko z miodem. II śniadanie: Jabłko, woda mineralna. ALERGENY: 1,7	Barszcz czerwony z ziemniakami (skrzydełko z indyka, buraki, marchew, pietruszka, seler, por, ziemniaki, śmietana, natka pietruszki). Paluszki rybne z piekarnika (filet z miruny, mąka, jaja, bułka tarta, olej). Ziemniaki. Ogórek konserwowy. Kompot wieloowocowy. ALERGENY: 1,3,4,7,9,10	Pianki marshmallow z owocami (galaretka, cukier puder, cytryna, borówki, maliny) ALERGENY:brak

DIETA DZIECI ALERGICZNYCH DOSTOSOWYWANA JEST DO INDYWIDUALNYCH POTRZEB DZIECKA.

ZASTRZEGA SIĘ ZMIANY W JADŁOSPISIE

Sporządził

Szef kuchni

Dyrektor