

Jadłospis - Przedszkole Publiczne w Harbutowicach	
Okres	11.10.2021 - 22.10.2021
Dieta	Podstawowa

Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
11.10.2021 Poniedziałek	Płatki kukurydziane z mlekiem. Rogal, masło, miód. II śniadanie: Pomidorki koktajlowe, woda mineralna. ALERGENY: 1,7	Zupa krem z brokułów z grzankami [skrzydełka z indyka, brokuły, marchew, pietruszka, seler, por, śmietana, natka pietruszki, pieczywo pełnoziarniste na grzanki]. Łazanki z kielbasą i kapustą [makaron, kielbasa, cebula, kapusta biała, kapusta kiszona]. Kompot wielowocowy. ALERGENY: 1,3,7,9	Deser brzoskwiowy z kruszonymi ciasteczkami owsianymi [jogurt naturalny, brzoskwinie, ciasteczka owsiane]. ALERGENY:1,3,7
12.10.2021 Wtorek	Pieczywo pełnoziarniste, masło, pasta z sera twarogowego, rzodkiewki i szczypiorku. Kawa zbożowa. II śniadanie: Jabłko, woda mineralna. ALERGENY: 1,7	Zupa jarzynowa z grysiem [skrzydełka z kurczaka, żeberka wołowe, marchew, pietruszka, seler, por, kalarepka, kasza manna, natka pietruszki]. Pulpety z indyka w sosie pieczarkowym [mielony filet z indyka, jaja, bułka pszenna, mąka ziemniaczana, pieczarki, masło, śmietana, mąka pszenna]. Ryż paraboliczny. Surówka z marchewki i jabłka. Kompot rabarbarowy. ALERGENY: 1,3,7,9	Drożdżówka z jabłkiem. Herbata malinowa. ALERGENY: 1,3
13.10.2021 Środa	Pieczywo pełnoziarniste, masło, pasta jajeczna z szynką i zieloną cebulką, papryka czerwona. Kakao. II śniadanie: Gruszka, woda mineralna. ALERGENY: 1,3,7	Barszcz ukraiński [skrzydełka z indyka, żeberka wołowe, buraki, fasola, marchew, pietruszka, seler, por, ziemniaki, śmietana, natka pietruszki]. Gulasz wieprzowy [szynka wieprzowa, olej, cebula, papryka, czosnek, mąka pszenna]. Kasza gryczana. Ogórek konserwowy. Kompot wielowocowy. ALERGENY: 1,7,9,10	Mleczna kanapka - wyrób własny [mąka pszenna, jaja, cukier, proszek do pieczenia, kakao, śmietana kremówka, serek mascarpone]. Herbata owocowa. ALERGENY:1,3,7
14.10.2021 Czwartek	Płatki jaglane na mleku z żurawiną. Strucla z masłem. II śniadanie: Marchewka, woda mineralna. ALERGENY: 1,7	Rosół z makaronem [żeberka wołowe, skrzydełka z kurczaka, marchew, pietruszka, seler, por, cebula, natka pietruszki, makaron]. Zapiekanka mięsno- ziemniaczano-porowa [pierś z kurczaka, ziemniaki, por, cebula, majonez, śmietana]. Kompot rabarbarowy. ALERGENY:1,3,7,9	Andruty przekładane z dżemem. Herbata z cytryną. Śliwka. ALERGENY: 1
15.10.2021 Piątek	Pieczywo pełnoziarniste, masło, pasta z makreli z koperkiem, ogórek zielony. Herbata miętowa. II śniadanie: Banan, woda mineralna. ALERGENY: 1,4	Zupa grochowa z grzanką [żeberka wołowe, skrzydełka z indyka, groch łuskany, marchew, pietruszka, seler, por, natka pietruszki, bagietka]. Naleśniki z serem twarogowym [mleko, jaja, mąka pszenna, ser twarogowy, cukier puder, jogurt grecki]. Sałatka owocowa [brzoskwinia, ananas, kiwi, winogrona, jabłko, gruszka]. Kompot ze śliwek. ALERGENY: 1,3,7,9	Pieczywo pełnoziarniste, masło, ser żółty, rzodkiewka, ogórek kiszony. Herbata z cytryną. ALERGENY: 1,7
18.10.2021 Poniedziałek	Pieczywo pełnoziarniste, masło, rukola, jajko gotowane, pomidor, szczypiorek. Kawa zbożowa. II śniadanie: Mandarynka, woda mineralna. ALERGENY: 1,3,7	Kapuśniak z ziemniakami i kielbasą [żeberka wołowe, skrzydełka z kurczaka, kapusta kiszona, marchew, pietruszka, seler, por, ziemniaki, kielbasa, natka pietruszki]. Ryż na mleku zapiekany z jabłkami, polany bitą śmietaną [ryż, mleko, jabłka, cynamon, śmietana kremówka]. Kompot wielowocowy ALERGENY: 7,9	Mini wrapy z tortilli [tortilla pszenna, serek śmietankowy, sałata masłowa, wędlina, ser żółty, papryka czerwona] Herbata owocowa. ALERGENY:1,7
19.10.2021 Wtorek	Kasza manna na mleku. Pieczywo pełnoziarniste, masło, dżem niskosłodzony. II śniadanie: Orzechy nerkowca, rodzynki, woda mineralna. ALERGENY:1,7,8	Krupnik z ziemniakami [skrzydełka z indyka, żeberka wołowe, kasza jęczmienna, marchew, pietruszka, seler, por, ziemniaki, natka pietruszki]. Kotlet z indyka w płatkach kukurydzianych [filet z indyka, mąka pszenna, jaja, płatki kukurydziane, olej]. Ziemniaki. Mizeria [ogórek zielony, jogurt naturalny, koperek]. Kompot rabarbarowy. ALERGENY: 1,3,7,9	Bananowy snack [wafle ryżowe, miód, banan, syrop klonowy]. Herbata z cytryną. ALERGENY: 11

Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
20.10.2021 Środa	Zapiekanki [bułka pszenna, masło, ser żółty, pomidor, ketchup]. Bawarka. II śniadanie: Kalarepka, woda mineralna. ALERGENY: 1,7	Zupa kalafiorowa z makaronem [skrzydełka z indyka, kalafior, marchew, pietruszka, seler, por, natka pietruszki, śmietana, makaron]. Bitki wieprzowe [schab, cebula, czosnek, olej, mąka pszenna] Kasza bulgur. Buraczki. Kompot z jabłek. ALERGENY: 1,7,9	Ciasto z jabłkami - wypiek własny [mąka pszenna, jaja, soda oczyszczona, cukier, olej, śmietana, kakao, jabłka, cynamon]. Herbata. ALERGENY: 1,3,7
21.10.2021 Czwartek	Pieczywo pełnoziarniste, masło, kielbaski drobiowe, ketchup, musztarda. Herbata z cytryną. II śniadanie: Papryka czerwona i żółta, woda mineralna. ALERGENY: 1,10	Zupa krem z marchewki z prażonym słonecznikiem [skrzydełka z indyka, marchew, cebula, por, natka pietruszki, sok z cytryny, słonecznik]. Bigos z chlebem [kapusta biała, kapusta kiszona, szynka wieprzowa, kielbasa, cebula, koncentrat pomidorowy, chleb pszenny]. Kompot wielowocowy. ALERGENY: 1	Mus truskawkowo - bananowy [banan, truskawki mrożone]. Biszkopty. ALERGENY: 1,3
22.10.2021 Piątek	Płatki owsiane na mleku. Pieczywo pełnoziarniste, masło, pasta z sera twarogowego z daktylami. II śniadanie: Śliwki, woda mineralna. ALERGENY: 1,7	Zupa pomidorowa z ryżem [skrzydełka z indyka, żeberka wołowe, pomidory, marchew, pietruszka, seler, por, koncentrat pomidorowy, natka pietruszki, śmietana, ryż]. Ryba pieczona z ziołami [filet z miruny, mąka pszenna, olej, przyprawy ziołowe]. Ziemniaki. Surówka z selera i rodzynek. Woda z cytryną i miodem. ALERGENY: 1, 4,7,9	Galaretka z owocami [galaretka, borówki, banany] ALERGENY: brak

DIETA DZIECI ALERGICZNYCH DOSTOSOWYWANA JEST DO INDYWIDUALNYCH POTRZEB DZIECKA.

ZASTRZEGA SIĘ ZMIANY W JADŁOSPISIE

Sporządził

Szef kuchni

Dyrektor