

Jadłospis - Przedszkole Publiczne w Harbutowicach			
Okres	22.11.2021 - 03.12.2021		
Dieta	Podstawowa		
Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
22.11.2021 Poniedziałek	Pieczyno pełnoziarniste, masło, ser żółty, pomidorki koktajlowe, ogórek zielony. Herbata malinowa. II śniadanie: Winogrona, woda mineralna. ALERGENY: 1,7	Barszcz ukraiński (wołowe żeberka, skrzydełko z indyka, buraki, fasola, marchew, pietruszka, seler, por, ziemniaki, śmietana, natka pietruszki). Racuchy z jabłkami (mleko, jaja, mąka pszenna, proszek do pieczenia, jabłka, olej, cukier puder). Kompot ze śliwek. ALERGENY: 1,3,7,9	Strucla z masłem. Kakao. Gruszka. ALERGENY: 1,7
23.11.2021 Wtorek	Płatki owsiane na mleku. Pieczyno pełnoziarniste, masło, dżem 100%. II śniadanie: Papryka czerwona i żółta, woda mineralna. ALERGENY: 1,7	Zupa królewska (skrzydełko z indyka, marchew, pietruszka, seler, por, szpinak, ziemniaki, śmietana, natka pietruszki). Bitki wieprzowe w sosie własnym (schab, cebula, czosnek, olej, mąka pszenna). Kasza bulgur. Modra kapusta. Kompot truskawkowy. ALERGENY: 1,7,9	Galaretką z owocami (galaretka, banan, brzoskwinia). Biszkopik. ALERGENY: 1,3
24.11.2021 Środa	Pieczyno pełnoziarniste, masło, pasta z jaj ze szczypiorkiem, ogórek kiszony. Kawa zbożowa. II śniadanie: Jabłko, woda mineralna. ALERGENY: 1,3,7	Zupa z soczewicy czerwonej z grzanką (wołowe żeberka, skrzydełko z indyka, soczewica czerwona, marchew, pietruszka, seler, por, śmietana, bagietka, natka pietruszki). Pieczeń rzymska (łopatka wieprzowa, jaja, cebula, papryka czerwona, mąka ziemniaczana). Ziemniaki. Sałata lodowa z jogurtem naturalnym. Kompot ze śliwek. ALERGENY: 1,3,7,9	Budyń czekoladowy z sokiem malinowym. Chrupki kukurydziane. ALERGENY: 7
25.11.2021 Czwartek	Pieczyno pełnoziarniste, masło, pasta z tuńczyka z cebulką zieloną, papryka. Bawarka. II śniadanie: Mandarynka, woda mineralna. ALERGENY: 1,4,7	Krupnik z ziemniakami (wołowe żeberka, skrzydełko z indyka, kasza jęczmienna, marchew, pietruszka, seler, por, cebula, ziemniaki, natka pietruszki). Bigos z chlebem (kapusta biała, kapusta kiszona, kielbasa, cebula, czosnek, koncentrat pomidorowy, chleb pszeniczny). Kompot z jabłek. ALERGENY: 1,9	Sernik na zimno - wyrób własny (biszkopie, ser twarogowy mielony, masło, cukier puder, galaretki, owoce). Herbata z cytryną. ALERGENY: 1,3,7
26.11.2021 Piątek	Płatki jaglane na mleku. Pieczyno pełnoziarniste, masło, sałata zielona, pomidor, rzodkiew. II śniadanie: Rodzynki/żurawina, woda mineralna. ALERGENY: 1,7	Jarzynowa z grysikiem (skrzydełko z indyka, marchew, pietruszka, seler, kalarepa, por, kasza manna, natka pietruszki). Jajko gotowane. Ziemniaki. Marchewka oprószana. Kompot truskawkowy. ALERGENY: 1,3,9	Bananowy snack (wafle ryżowe, miód, banan, syrop klonowy). Herbata miętowa. ALERGENY: 11
29.11.2021 Poniedziałek	Pieczyno pełnoziarniste, masło, pasztecik drobiowy, ogórek zielony. Kawa zbożowa. II śniadanie: Gruszka, woda mineralna. ALERGENY: 1,7	Kapuśniak z ziemniakami i kielbasą (wołowe żeberka, skrzydełko z indyka, kapusta kiszona, marchew, pietruszka, seler, por, ziemniaki, kielbasa, natka pietruszki). Naleśniki z serem twarogowym (mleko, jaja, mąka pszenna, ser twarogowy, jogurt naturalny, cukier waniliowy, cukier puder, olej). Kompot ze śliwek. ALERGENY: 1,3,7,9	Rogalik z marmoladą. Herbata malinowa. ALERGENY: 1
30.11.2021 Wtorek	Płatki ryżowe na mleku. Strucla, masło, miód. II śniadanie: Marchewka słupki, woda mineralna. ALERGENY: 1,7	Pomidorowa z naleśnikiem pietruszkowym (skrzydełko z indyka, pomidory, marchew, pietruszka, seler, por, śmietana, mleko, mąka, jaja, natka pietruszki). Kotlet drobiowy w płatkach kukurydzianych z piekarnika (pierś z kurczaka, maślanka, płatki kukurydziane). Ziemniaki. Surówka z kapusty kiszonej, marchwi i jabłka. Kompot truskawkowy. ALERGENY: 1,3,7,9	Salatka owocowa (banan, winogrona, mandarynka, brzoskwinia). ALERGENY: brak

Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
01.12.2021 Środa	"Zrób sobie sam" Pieczywo pełnoziarniste, masło, wędlina, ser żółty, sałata zielona, pomidorki koktajlowe, papryka żółta, rzodkiewka, cebulka zielona). Herbata miętowa. II śniadanie: Pomarańczka, woda mineralna. ALERGENY: 1,7	Grochowa z groszkiem ptysiowym (wołowe żeberka, boczek wędzony, groch łuskany, marchew, pietruszka, seler, por, czosnek, groszek ptysiowy, natka pietruszki). Ryż na mleku z sosem truskawkowym (ryż, mleko, truskawki, śmietanka 30%, masło, cukier). Kompot z jabłek. ALERGENY:1,3,7,9	Deser brzoskwiniowy z kruszonymi ciasteczkami owsianymi (jogurt naturalny, brzoskwinie, ciasteczka owsiane). ALERGENY: 1,3,7
02.12.2021 Czwartek	Pieczywo pełnoziarniste, masło, pasta z fasoli białej, papryka czerwona. Kakao. II śniadanie: Banan, woda mineralna. ALERGENY: 1,7	Rosół z lanym ciastem (wołowe żeberka, skrzydełka z indyka, marchew, pietruszka, seler, cebula, por, jaja, mąka pszenna, natka pietruszki). Gulasz z szynki (szynka wieprzowa, olej, cebula, papryka, czosnek, mąka pszenna). Knedel czeski. Surówka z ogórka konserwowego i cebulą. Kompot wielowocowy. ALERGENY: 1,3,9	Muffinki marchewkowe - wypiek własny (marchew, mąka pszenna, olej, jaja, cukier, proszek do pieczenia, soda, cynamon, cukier puder). Herbata z cytryną. ALERGENY: 1,3
03.12.2021 Piątek	Grysik na mleku z cynamonem. Pieczywo pełnoziarniste, masło, powidła śliwkowe. II śniadanie: Ciastko kruche "Mikołajek" - wypiek własny (mąka pszenna, jaja, masło, cukier puder, cytryna) ALERGENY: 1,3,7	Zupa koperkowa z ryżem (skrzydełka z indyka, koperek zielony, marchew, pietruszka, seler, por, ryż, śmietana). Ryba smażona (filet z miruny, mąka pszenna, jaja, bułka tarta, olej). Ziemniaki. Brokuły na parze. Kompot wielowocowy. ALERGENY: 1,3,4,7,9	Wafle ryżowe, sok pomarańczowy. ALERGENY: 11

DIETA DZIECI ALERGICZNYCH DOSTOSOWYWANA JEST DO INDYWIDUALNYCH POTRZEB DZIECKA.

ZASTRZEGA SIĘ ZMIANY W JADŁOSPISIE

Sporządził

Szef kuchni

Dyrektor