

Jadłospis - Przedszkole Publiczne w Harbutowicach			
Okres	06.12.2021 - 17.12.2021		
Dieta	Podstawowa		
Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
06.12.2021 Poniedziałek	Piecząwo pełnoziarniste, masło, pasztet, rzodkiewka, ogórek konserwowy. Kawa zbożowa. II śniadanie: Sok wyciskany z pomarańczy - wyrób własny. ALERGENY: 1,7,10	Krem z białych warzyw z grzanką (skrzydełka z indyka, marchew, pietruszka, seler, por, kalafior, rzepa, śmietana, natka pietruszki, bagietka). Placki marchewkowe (marchew, ser żółty, kielbasa, mąka, jaja, cebulka zielona). Kompot wielowocowy. ALERGENY: 1,3,7,9	Mini drożdżówka z jabłkiem. Herbata owocowa. ALERGENY: 1,3
07.12.2021 Wtorek	Płatki owsiane na mleku. Rogal, masło, dżem 100%. II śniadanie: Winogrona, woda mineralna. ALERGENY: 1,7	Jarzynowa z grysikiem (skrzydełka z indyka, marchew, pietruszka, seler, por, kalarepa, kasza manna, natka pietruszki). Pieczeń ze schabu w sosie własnym (schab, olej, cebula, czosnek, mąka pszenna). Ziemniaki. Buraczki. Kompot wielowocowy. ALERGENY: 1,7,9	Kisiel malinowy. Pałeczka kukurydziane. ALERGENY: brak
08.12.2021 Środa	Piecząwo pełnoziarniste, masło, pasta z serem twarogowym, szczypiorek, rzodkiewka, ogórek zielony. Kakao. II śniadanie: Jabłko, woda mineralna. ALERGENY: 1,7	Porowa z groszkiem ptysiowym (skrzydełka z indyka, por, marchew, pietruszka, seler, śmietana, groszek ptysiowy, natka pietruszki). Kaszotto (kasza pęczak, filet z indyka, cebula, marchew, papryka czerwona, cukinia, czosnek). Kompot wielowocowy. ALERGENY: 1,3,7,9	Cynamonowy jogurt śliwkowy (jogurt naturalny, miód, śliwki, cynamon). Herbatniki. ALERGENY: 1,3,7
09.12.2021 Czwartek	Piecząwo pełnoziarniste, masło, kielbaska wiślańska, ketchup, musztarda. Herbata miętowa. II śniadanie: Kiwi, woda mineralna. ALERGENY: 1,10	Pomidorowa z ryżem (skrzydełka z indyka, pomidory, marchew, pietruszka, seler, por, koncentrat pomidorowy, ryż, śmietana, natka pietruszki). Pyzy z mięsem (ziemniaki, jaja, mąka ziemniaczana, mąka pszenna, mięso z łopatki wp., cebula). Surówka wielowarzywna (kapusta pekińska, marchew, jabłko, cebula, ogórek kiszony, papryka czerwona, kukurydza). Kompot wielowocowy. ALERGENY: 1,3,7,9	Ciasto z jabłkami - wypiek własny (jabłka, jaja, cukier, mąka pszenna, soda, kakao, cynamon, olej). Herbata owocowa. ALERGENY: 1,3
10.12.2021 Piątek	Piecząwo pełnoziarniste, masło, pasta z makreli, szczypiorek, ogórek kiszony. Bawarka. II śniadanie: Banan, woda mineralna. ALERGENY: 1,4,7	Fasolowa z ziemniakami (skrzydełka z indyka, fasola czerwona, marchew, pietruszka, seler, por, ziemniaki, natka pietruszki). Makaron ze serem (makaron, ser twarogowy, masło, cukier). Surówka z marchwi i pomarańczy. Kompot wielowocowy. ALERGENY: 1,3,7,9	Galaretką z owocami (galaretka, banan, brzoskwinia). Biskupcik. ALERGENY: 1,3
13.12.2021 Poniedziałek	Piecząwo pełnoziarniste, masło, pasta z jaj, cebulka zielona, papryka czerwona. Kakao. II śniadanie: Gruszka, woda mineralna. ALERGENY: 1,3,7	Ogórkowa z ziemniakami (skrzydełka z indyka, ogórki kiszone, marchew, pietruszka, seler, por, ziemniaki, śmietana, natka pietruszki). Kluski na parze w sosie truskawkowym (kluski, truskawki mrożone, masło, mąka ziemniaczana). Kompot wielowocowy. ALERGENY: 1,3,7,9	Piecząwo pełnoziarniste, masło, wędlina, pomidor. Herbata miętowa. ALERGENY: 1
14.12.2021 Wtorek	Płatki jaglane na mleku żurawiną. Strucla, masło, II śniadanie: Marchew - słupki, woda mineralna. ALERGENY: 1,7	Rosół z lanym ciastem (skrzydełka z indyka, marchew, pietruszka, seler, por, cebula, jaja, mąka pszenna, natka pietruszki). Kotlet drobiowy (pierś z kurczaka, mąka pszenna, jaja, bułka tarta, olej). Ziemniaki. Kapusta zasmażana. Kompot wielowocowy. ALERGENY: 1,3,7,9	Smoothie ze szpinakiem i bananem (szpinak, banan, mleko). Ciasteczko owsiane. ALERGENY: 1,7,11
15.12.2021 Środa	Zapiekanki (bułka pszenna, masło, ser żółty, pomidor, ketchup). Kawa zbożowa. II śniadanie: Mandarynka, woda mineralna. ALERGENY: 1,7	Kalafiorowa z makaronem (skrzydełka z indyka, kalafior, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, śmietana, natka pietruszki). Pulpety w sosie pieczarkowym (mięso wieprzowe, jaja, mąka, pieczarki, marchew, masło). Ryż jaśminowy. Ogórek konserwowy. Kompot wielowocowy. ALERGENY: 1,3,7,9,10	Mleczna kanapka - wyrób własny (mąka pszenna, jaja, cukier, proszek do pieczenia, kakao, śmietana kremówka, serek mascarpone). Herbata owocowa. ALERGENY: 1,3,7

Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
16.12.2021 Czwartek	"Zrób sobie sam" Pieczywo pełnoziarniste, masło, wędlina, serek śmietankowy w plastrach, sałata masłowa, pomidorki koktajlowe, papryka czerwona i żółta, rzodkiewka, ogórek zielony. Herbata z cytryną. II śniadanie: Jabłko, woda mineralna. ALERGENY: 1,3,7	Zupa z soczewicy czerwonej (skrzydełka z inka, soczewica czerwona, marchew, pietruszka, seler, śmietana, natka pietruszki). Łazanki z kapustą i kielbasą (makaron, kapusta biała, kapusta kiszona, cebula, kielbasa). Kompot wieloowocowy. ALERGENY: 1,3,7,9	Mus truskawkowo - bananowy (truskawki mrożone, banan). Chrupki kukurydziane. ALERGENY: brak
17.12.2021 Piątek	Kasza manna na mleku z cynamonem. Pieczywo pełnoziarniste, masło, miód. II śniadanie: Kalarepka - słupki, woda mineralna. ALERGENY: 1,7	Krupnik z ziemniakami (skrzydełka z indyka, kasza jęczmienna, marchew, pietruszka, seler, por, ziemniaki, natka pietruszki). Filet z miruny w ziołach z piekarnika. Ziemniaki. Bukiet warzyw na parze. Kompot wieloowocowy. ALERGENY: 1,4,9	Ciasteczka z ciasta francuskiego z marmoladą - wypiek własny. Sok jabłkowy 100%. ALERGENY: 1

DIETA DZIECI ALERGICZNYCH DOSTOSOWYWANA JEST DO INDYWIDUALNYCH POTRZEB DZIECKA.

ZASTRZEGA SIĘ ZMIANY W JADŁOSPISIE

Sporządził

Szef kuchni

Dyrektor