

Jadłospis - Przedszkole Publiczne w Harbutowicach			
Okres	03.01.2022 - 14.01.2022		
Dieta	Podstawowa		
Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
03.01.2022 Poniedziałek	Pieczywo pełnoziarniste, masło, ser żółty, ogórek kiszony. Herbata z cytryną. II śniadanie: Jabłko, woda mineralna. ALERGENY: 1,7	Zupa z soczewicy czerwonej (udka z kurczaka, soczewica czerwona, marchew, pietruszka, seler, por, śmietana, natka pietruszki). Łazanki z kielbasą i kapustą (makaron, kielbasa, kapusta kiszona, kapusta biała, cebula). Kompot truskawkowy. ALERGENY: 1,3,7,9	Budyń z brzoskwiniami. Biskopcik. ALERGENY: 1,3,7
04.01.2022 Wtorek	Płatki ryżowe na mleku. Pieczywo pełnoziarniste, masło, miód pszczeli. II śniadanie: Banan, woda mineralna. ALERGENY: 1,7	Zupa kalafiorowa z ziemniakami (udka z kurczaka, kalafior, marchew, pietruszka, seler, por, śmietana, ziemniaki, natka pietruszki). Kotlet drobiowy (filet z kurczaka, mąka pszenna, jaja, bułka tarta, olej). Ziemniaki. Surówka z kapusty, marchwi i jabłka, Kompot wielowocowy. ALERGENY: 1,3,7,9	Mini koperta z jabłkiem. Herbatnik. ALERGENY: 1,3
05.01.2022 Środa	Strucla z masłem. Kakao. II śniadanie: Mandarynka, woda mineralna. ALERGENY: 1,7	Rosół z makaronem (udka z kurczaka, marchew, pietruszka, seler, por, cebula, natka pietruszki, makaron nitki). Gulasz wieprzowy (mięso z szynki, papryka, cebula, olej, mąka pszenna). Kasza gryczana. Ogórek konserwowy. Kompot truskawkowy. ALERGENY: 1,3,9,10	Galaretkę z owocami. Herbatnik. ALERGENY:1
07.01.2022 Piątek	Kasza manna na mleku. Pieczywo mieszane, masło, rzodkiewka. II śniadanie: Banan, woda mineralna. ALERGENY: 1,7	Zupa ogórkowa z ziemniakami (skrzydełka z indyka, ogórki kiszane, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, śmietana, natka pietruszki). Ryż na mleku z jabłkami. Kompot wielowocowy. ALERGENY: 7,9	Pieczywo pełnoziarniste, masło, pasztet, papryka czerwona. Herbata owocowa. ALERGENY: 1
10.01.2022 Poniedziałek	Pieczywo pełnoziarniste, masło, wędlina, pomidor, ogórek. Herbata z cytryną. II śniadanie: Kiwi, woda mineralna. ALERGENY:1	Kapuśniak z ziemniakami (skrzydełka z indyka, kapusta kiszona, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, natka pietruszki). Naleśniki z serem (mleko, jaja, mąka pszenna, ser twarogowy, śmietana, cukier puder). Kompot truskawkowy. ALERGENY: 1,3,7,9	Kisiel z jogurtem truskawkowym. Palczka kukurydziana. ALERGENY: 7
11.01.2022 Wtorek	Płatki owsiane na mleku. Rogal, masło, dżem 100%. II śniadanie: Pomarańczka, woda mineralna. ALERGENY: 1,7	Krupnik z ziemniakami (skrzydełko z indyka, kasza jęczmienna, marchew, pietruszka, seler, por, ziemniaki, natka pietruszki). Gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym (mięso wieprzowe, ryż, kapusta biała, passata pomidorowa, śmietana, mąka) Ziemniaki. Kompot wielowocowy. ALERGENY: 1,7,9	Warzywa z dipem (ogórek zielony, papryka czerwona i żółta, pomidorki koktajlowe, marchew, serek wiejski, szczypiorek). ALERGENY: 7
12.01.2022 Środa	Pieczywo pełnoziarniste, masło, pasta z jaj, szczypiorek, ogórek zielony. Bawarka. II śniadanie: Papryka kolorowa - do chrupania, woda mineralna. ALERGENY: 1,3,7	Zupa grochowa z grzankami (skrzydełka z indyka, groch łuskany, marchew, pietruszka, seler, por, bułka pszenna, natka pietruszki). Potrawka z kurczaka (filet z kurczaka, marchew, pietruszka, seler, por, cebula, mąka pszenna, śmietana). Ryż jaśminowy. Kompot truskawkowy. ALERGENY:1,7,9	Jogurt naturalny z musem truskawkowym. Ciasteczko owsiane. ALERGENY: 1,7
13.01.2022 Czwartek	"Zrób sobie sam" Pieczywo pełnoziarniste, masło, wędlina, ser żółty, sałata masłowa, pomidorki koktajlowe, papryka żółta i czerwona, rzodkiewka, cebulka zielona. Herbata miętowa. II śniadanie: Jabłko, woda mineralna. ALERGENY: 1,7	Krem z pora z grzanką czosnkową (skrzydełka z indyka, por, masło, marchew, pietruszka, seler, bagietka, czosnek, natka pietruszki). Kaszotto z indykiem i warzywami (kasza pęczak, filet z indyka, cebula, marchew, papryka czerwona, cukinia, czosnek). Kompot wielowocowy. ALERGENY:1,9	Ciasto czekoladowe (margaryna, mąka, jaja, cukier, kakao, proszek do pieczenia) - wypiek własny. Herbata malinowa. ALERGENY:1,3,7

Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
14.01.2022 Piątek	Pieczynko pełnoziarniste, masło, serek homogenizowany. Kawa zbożowa. II śniadanie: Orzechy nerkowca, rodzynki, woda mineralna. ALERGENY: 1,7,8	Zupa pomidorowa z lanym ciastem (skrzydełka z indyka, pomidory, marchew, pietruszka, seler, por, koncentrat pomidorowy, śmietana, natka pietruszki, jaja, mąka pszenna). Ryba smażona (filet z miruny, mąka pszenna, jaja, bułka tarta, olej). Ziemniaki. Brokuły na parze. Kompot z jabłek. ALERGENY: 1,3,7,9	Półmisek owoców (mandarynka, gruszka, winogrona, banan). ALERGENY: brak

DIETA DZIECI ALERGICZNYCH DOSTOSOWYWANA JEST DO INDYWIDUALNYCH POTRZEB DZIECKA.

ZASTRZEGA SIĘ ZMIANY W JADŁOSPISIE

Sporządził

Szef kuchni

Dyrektor