

Jadłospis - Przedszkole Publiczne w Harbutowicach			
Okres	31.01.2022 - 11.02.2022		
Dieta	Podstawowa		
Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
31.01.2022 Poniedziałek	Piecząwo pełnoziarniste, masło, pasta z sera twarogowego, sałata zielona, rzodkiew, papryka czerwona. Kawa zbożowa. II śniadanie: Kiwi, woda mineralna. ALERGENY: 1,7	Zupa krem z białych warzyw z ziemniakami (skrzydełka z indyka, pietruszka korzeń, seler, por, kalafior, rzepa, ziemniaki, śmietana, natka pietruszki). Placki ziemniaczane (ziemniaki, jaja, mąka, cebula, czosnek). Surówka z kapusty kiszzonej, marchwi i jabłka. Kompot wieloowocowy. ALERGENY: 1,3,7,9	Mini koperta z jabłkiem. Herbata miętowa. ALERGENY: 1,3
01.02.2022 Wtorek	Piecząwo pełnoziarniste, masło, pasztet drobiowy, ogórek kiszony. Kakao. II śniadanie: Mandarynka, woda mineralna. ALERGENY:1,7	Zupa koperkowa z ziemniakami (skrzydełka z indyka, koperek zielony, marchew, pietruszka, seler, por, ziemniaki, maślanek, natka pietruszki). Spaghetti bolognese (makaron, mięso mielone z indyka, passata pomidorowa, cebula, marchew, ser żółty tarty). Kompot wieloowocowy. ALERGENY: 1,3,7,9	Deser ptasie mleczko - wyrób własny (śmietana kremówka, galaretka, brzoskwinie, banany, owoce granatu). ALERGENY: 7
02.02.2022 Środa	Musli z mlekiem. Strucla z masłem. II śniadanie: Jabłko, woda mineralna. ALERGENY: 1,7,8	Krupnik (skrzydełka z indyka, marchew, pietruszka, seler, por, kasza jęczmienna, natka pietruszki). Schab w sosie pieczarkowym (schab, pieczarki, cebula, masło, mąka pszenna, śmietana). Kluski śląskie (ziemniaki, jajka, mąka ziemniaczana). Sałatka z kapusty czerwonej. Kompot wieloowocowy. ALERGENY: 1,3,7,9	Smoothie z banana i kiwi (banan, kiwi, mleko). Ciasteczko owsiane. ALERGENY: 1,7,8
03.02.2022 Czwartek	Piecząwo pełnoziarniste, masło, pasta z jaj, cebulka zielona, pomidorki koktajlowe. Herbata z cytryną. II śniadanie: Banan, woda mineralna. ALERGENY: 1,3	Zupa pomidorowa z ryżem (skrzydełka z indyka, pomidory, marchew, pietruszka, seler, por, śmietana, koncentrat pomidorowy, ryż, natka pietruszki). Kociołek pod beszamelem (ziemniaki, kielbasa, kapusta biała, marchew, masło, mleko, mąka pszenna, gałka muskatowa). Kompot wieloowocowy. ALERGENY:1,7,9	Babka piaskowa - wypiek własny (mąka, olej, jaja, cukier, cukier waniliowy, proszek do pieczenia). Mleko. ALERGENY: 1,3,7
04.02.2022 Piątek	Piecząwo pełnoziarniste, masło, pasta z makreli, szczypiorek, ogórek zielony. Bawarka. II śniadanie: Marchewka, woda mineralna. ALERGENY: 1,4,7	Grochowa z groszkiem ptysiowym (skrzydełka z indyka, groch łuskany, marchew, pietruszka, seler, czosnek, groszek ptysiowy, natka pietruszki). Ryż na mleku z sosem truskawkowym (ryż, mleko, truskawki, śmietanka 30%, masło, cukier). Kompot wieloowocowy. ALERGENY:1,3,7,9	Piecząwo pełnoziarniste, masło, sałata zielona, ser żółty, pomidor. Herbata owocowa. ALERGENY:1,7
07.02.2022 Poniedziałek	Piecząwo pełnoziarniste, pasta z fasoli białej (fasola biała, masło, ketchup), ogórek zielony, papryka żółta. Kawa zbożowa. II śniadanie: Pomarańczka, woda mineralna. ALERGENY: 1,7	Barszcz czerwony z ziemniakami (skrzydełka z indyka, buraki, marchew, pietruszka, seler, por, czosnek, ziemniaki, śmietana, natka pietruszki). Jajko gotowane. Ziemniaki. Szpinak (szpinak, masło, czosnek, mąka pszenna). Kompot wieloowocowy. ALERGENY: 1,3,7,9	Piecząwo pełnoziarniste, masło, wędlina, rzodkiew, ogórek kiszony. Herbata miętowa. ALERGENY: 1
08.02.2022 Wtorek	Płatki jaglane na mleku. Rogal, masło, miód pszczeli. II śniadanie: Pomidorki koktajlowe, woda mineralna. ALERGENY: 1,7	Rosół z kluskami wątrobianymi i lanym ciastem (skrzydełka z indyka, marchew, pietruszka, seler, por, cebula, czosnek, wątróbka drobiowa, bułka tarta, jaja, mąka pszenna, natka pietruszki). Kotlet drobiowy (pierś z kurczaka, mąka pszenna, jaja, bułka tarta, olej). Ziemniaki. Kapusta zasmażana. Kompot wieloowocowy. ALERGENY: 1,3,7,9	Koktajl owocowy (kefir, kaki, brzoskwinie). Herbatnik. ALERGENY: 1,7

Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
09.02.2022 Środa	Pieczyno pełnoziarniste, masło, wędlina, ser żółty, roszponka. Herbata miętowa. II śniadanie: Faworki karnawałowe, lemoniada. ALERGENY: 1,3,7	Zupa alla fasolka po bretońsku z chlebem (skrzydełka z indyka, fasola biała, kiełbasa, marchew, pietruszka, seler, cebula, por, koncentrat pomidorowy, chleb, natka pietruszki). Makaron ze serem (makaron, ser twarogowy, masło, cukier). Surówka z marchwi i brzoskwini. ALERGENY: 1,3,7,9	Mini wrapy z tortilli [tortilla pszenna, serek śmietankowy, sałata masłowa, wędlina, ser żółty, papryka czerwona] Herbata owocowa. ALERGENY:1,7
10.02.2022 Czwartek	Płatki owsiane na mleku. Strucla, masło, dżem 100%. II śniadanie: Kalarepka, woda mineralna. ALERGENY: 1,7	Brokułowa z ziemniakami (skrzydełka z indyka, wołowe żeberka, brokuły, marchew, pietruszka, seler, por, śmietana, ziemniaki, natka pietruszki). Pulpety z indyka w sosie pomidorowym (filet z indyka, jaja, pomidory, masło, śmietana, mąka pszenna). Kasza pęczak. Ogórek konserwowy. Kompot wieloowocowy. ALERGENY:1,3,7,9,10	Sernik na zimno (biszkopt, ser twarogowy mielony, masło, cukier puder, galaretki, owoc granatu) - wyrób własny. Herbata. ALERGENY: 1,3,7
11.02.2022 Piątek	Pieczyno pełnoziarniste, masło, pasta z sera twarogowego z daktylami) Kakao. II śniadanie: Jabłko, woda mineralna. ALERGENY: 1,7	Zupa krem z marchewki z prażonym słonecznikiem (skrzydełka z indyka, marchew, por, natka pietruszki, sok z cytryny, słonecznik). Ryba smażona (filet z miruny, mąka pszenna, jaja, bułka tarta, olej) Ziemniaki. Sałata lodowa z jogurtem naturalnym. Kompot wieloowocowy. ALERGENY: 1,3,4,7,9	Wafle ryżowe z syropem klonowym. Sok jabłkowy 100%. ALERGENY: 11

DIETA DZIECI ALERGICZNYCH DOSTOSOWYWANA JEST DO INDYWIDUALNYCH POTRZEB DZIECKA.

ZASTRZEGA SIĘ ZMIANY W JADŁOSPISIE

Sporządził

Szef kuchni

Dyrektor