

Jadłospis - Przedszkole Publiczne w Harbutowicach	
Okres	28.02.2022 - 11.03.2022
Dieta	Podstawowa

Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
28.02.2022 Poniedziałek	Pieczyno pełnoziarniste, masło, pasztet, papryka czerwona. Kawa zbożowa. II śniadanie: Półmisek owoców, woda mineralna. ALERGENY:1,7	Kalafiorowa z ziemniakami (skrzydełka z indyka, kalafior, marchew, pietruszka, seler, por, ziemniaki, śmietana, natka pietruszki). Łazanki z kapustą, mięsem, kielbasą (makaron, kapusta biała, kapusta kiszona, cebula, filet z kurczaka, kielbasa). Kompot wielowocowy. ALERGENY: 1,3,7,9	Smoothie ze szpinaku i kiwi (szpinak, kiwi, maślanka). Ciasteczko owsiane. ALERGENY: 1,7,8
01.03.2022 Wtorek	Płatki owsiane na mleku. Rogal, masło, dżem 100%. II śniadanie: Marchewka - słupki, woda mineralna. ALERGENY: 1,7	Jarzynowa z grysikiem (skrzydełka z indyka, marchew, pietruszka, seler, kalarepa, por, kasza manna, natka pietruszki). Kotlet drobiowy (pierś z kurczaka, mąka pszenna, jaja, bułka tarta, olej). Ziemniaki. Surówka z kapusty pekińskiej i ogórka zielonego. Kompot wielowocowy. ALERGENY: 1,3,9	Kisiel owocowy z tartym jabłkiem. Herbatniki. ALERGENY: 1,3
02.03.2022 Środa	Pieczyno pełnoziarniste, masło, pasta z jaj ze szczypiorkiem, pomidor, ogórek kiszony. Kakao. II śniadanie: Banan, woda mineralna. ALERGENY: 1,3,7	Grochowa z groszkiem ptysowym (skrzydełka z indyka, groch łuskany, marchew, pietruszka, seler, czosnek, groszek ptysowy, natka pietruszki). Kluski na parze w sosie truskawkowym (kluski, truskawki mrożone, masło, mąka ziemniaczana). Kompot wielowocowy. ALERGENY: 1,3,7,9	Pieczyno pełnoziarniste, masło, sałata zielona, ser żółty, pomidor. Herbata z cytryną. ALERGENY: 1,7
03.03.2022 Czwartek	"Zrób sobie sam" Pieczyno pełnoziarniste, masło, wędlina, ser salami, sałata zielona, pomidorki koktajlowe, papryka czerwona i żółta, rzodkiewka, ogórek zielony. Herbata miętowa. II śniadanie: Gruszka, woda mineralna. ALERGENY: 1,3,7	Koperkowa z ziemniakami (skrzydełka z indyka, koperek zielony, marchew, pietruszka, seler, por, ziemniaki, śmietana, natka pietruszki). Pulpety w sosie pomidorowym (mięso mielone z łopatki, jaja, bułka pszenna, pomidory, koncentrat pomidorowy, masło, śmietana, mąka pszenna). Kasza gryczana. Ogórek kiszony Kompot wielowocowy. ALERGENY:1,3,7,9	Szarlotka z jabłkami (mąka pszenna, jaja, proszek do pieczenia, masło, jabłka, cynamon, cukier, cukier waniliowy). Herbata miętowa. ALERGENY: 1,3
04.03.2022 Piątek	Pieczyno pełnoziarniste, masło, pasta z makreli, cebulka zielona, rzodkiewka. Bawarka. II śniadanie: Jabłko, woda mineralna. ALERGENY: 1,4,7	Barszcz czerwony czysty z makaronem (skrzydełka z indyka, burak, koncentrat barszczu, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, natka pietruszki). Naleśniki czekoladowe z serem (mleko, jaja, mąka pszenna, kakao, ser twarogowy, jogurt naturalny, cukier puder). Kompot wielowocowy. ALERGENY: 1,3,7,9	Pianki marshmallow (galaretki, cukier puder, cytryna, borówki, banan). ALERGENY:brak
07.03.2022 Poniedziałek	Płatki ryżowe na mleku. Pieczyno pełnoziarniste, masło, pomidor, ogórek, szczypiorek. II śniadanie: Mandarynka, woda mineralna. ALERGENY: 1,7	Żurek z jajkiem i kielbasą (skrzydełka z indyka, zakwas, marchew, pietruszka, seler, por, jaja, ziemniaki, kielbasa biała, natka pietruszki). Kopytka serowo - ziemniaczane (ser twarogowy, ziemniaki, jaja, mąka ziemniaczana, kasza mannna, mąka pszenna, masło, cukier). Surówka z marchewki i ananasa. Kompot wielowocowy. ALERGENY: 1,3,7,9	Pieczyno pełnoziarniste, mała, wędlina, roszponka, papryka czerwona, ogórek konserwowy. Herbata z cytryną. ALERGENY: 1,10
08.03.2022 Wtorek	Pieczyno pełnoziarniste, masło, pasta z fasoli białej (fasola biała, masło, ketchup), roszponka, papryka żółta. Bawarka. II śniadanie: Kiwi, woda mineralna. ALERGENY: 1,7	Rosół z makaronem (skrzydełko z indyka, marchew, pietruszka, seler, por, cebula, natka pietruszki, makaron). Bitki wieprzowe (schab, olej, cebula, czosnek, papryka, mąka). Kluski śląskie (ziemniaki, mąka ziemniaczana, jaja). Modra kapusta (kapusta czerwona, cebula, olej, cytryna). Kompot wielowocowy. ALERGENY: 1,3,9	Bananowy snack (wafle ryżowe, miód, banan, syrop klonowy). Herbata miętowa. ALERGENY: 11

Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
09.03.2022 Środa	Zapiekanki (bułka wek, masło, pomidor, ser żółty, ketchup). Kakao. II śniadanie: Ananas, woda mineralna. ALERGENY: 1,7	Krupnik z ziemniakami (skrzydełka z indyka, marchew, pietruszka, seler, por, kasza jęczmienna, ziemniaki, natka pietruszki). Bigos z chlebem [kapusta biała, kapusta kiszona, szynka wieprzowa, kielbasa, cebula, koncentrat pomidorowy, chleb pszenny]. Kompot wielowocowy. ALERGENY: 1,9	Półmisek owoców (gruszka, mandarynka, kiwi, kaki, winogrona). ALERGENY: brak
10.03.2022 Czwartek	Kielbaska w cieście francuskim (ciasto francuskie, kielbaski wiślańskie, ketchup, musztarda). Kolorowa papryka. Herbata z cytryną. II śniadanie: Jabłko, woda mineralna. ALERGENY: 1,3,10	Zupa fasolowa (skrzydełka z indyka, fasola czerwona, marchew, pietruszka, seler, por, natka pietruszki). Ryż po chińsku (ryż paraboliczny, mięso z indyka, olej, marchew, cebula, papryka, por, ogórek konserwowy, mąka ziemniaczana). Kompot wielowocowy. ALERGENY: 9,10	Deser brzoskwiniowy z kruszonymi ciasteczkami owsianymi (jogurt naturalny, brzoskwinie, syrop klonowy, ciasteczka owsiane). ALERGENY: 1,3,7
11.03.2022 Piątek	Kaszka manna na mleku. Strucla, masło, serek homogenizowany. II śniadanie: Kalarepka, woda mineralna. ALERGENY: 1,7	Ogórkowa z ziemniakami (skrzydełka z indyka, ogórki kiszone, marchew, pietruszka, seler, por, ziemniaki, śmietana, natka pietruszki). Ryba smażona (filet z miruny, mąka pszenna, jaja, bułka tarta, olej). Ziemniaki. Brokuły na parze. Kompot wielowocowy. ALERGENY: 1,3,4,7,9	Andruty przekładane dżemem. Mleko owsiane. ALERGENY: 1

DIETA DZIECI ALERGICZNYCH DOSTOSOWYWANA JEST DO INDYWIDUALNYCH POTRZEB DZIECKA.

ZASTRZEGA SIĘ ZMIANY W JADŁOSPISIE

Sporządził

Szef kuchni

Dyrektor