

Jadłospis - Przedszkole Publiczne w Harbutowicach			
Okres	28.03.2022 - 08.04.2022		
Dieta	Podstawowa		
Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
28.03.2022 Poniedziałek	Piecząwo pełnoziarniste, masło, pasztet, ogórek kiszony, rzodkiewka. Kawa zbożowa. II śniadanie: Gruszka, woda mineralna. ALERGENY: 1,7	Kartoflanka (skrzydełka z indyka, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, por, kielbasa śląska, natka pietruszki). Racuchy drożdżowe z jabłkami (mleko, mąka, jaja, drożdże, cukier, olej, jabłka, cukier puder). Kompot wieloowocowy. ALERGENY: 1,3,7	Warzywa z dipem (ogórek zielony, papryka czerwona i żółta, pomidorki koktajlowe, marchew, serek wiejski, szczypiorek). ALERGENY: 7
29.03.2022 Wtorek	Płatki jaglane na mleku. Piecząwo pełnoziarniste, masło, miód pszczeli. II śniadanie: Kalarepka, woda mineralna. ALERGENY: 1,7	Zupa kalafiorowa z ryżem (skrzydełko z indyka, kalafior, marchew, pietruszka, seler, por, śmietana, ryż, natka pietruszki). Pieczeń rzymska (mięso wieprzowe mielone, jaja, mąka ziemniaczana, cebula, papryka) Ziemniaki. Buraczki. Kompot wieloowocowy. ALERGENY: 3,7,9	Rogalik z marmoladą. Mleko. ALERGENY: 1,7
30.03.2022 Środa	Piecząwo pełnoziarniste, masło, pasta jajeczna z szynką i cebulką zieloną, papryka czerwona. Kakao. II śniadanie: Winogrona, woda mineralna. ALERGENY: 1,3,7	Krupnik z ziemniakami (skrzydełka z indyka, marchew, pietruszka, seler, por, kasza jęczmienna, ziemniaki, natka pietruszki). Makaron penne z mięsem i szpinakiem (makaron, filet z indyka, szpinak, czosnek, cebula, śmietana 30%). Kompot wieloowocowy. ALERGENY: 1,3,7,9	Bananowy snack (wafle ryżowe, miód, banan, syrop klonowy). Herbata miętowa. ALERGENY: 11
31.03.2022 Czwartek	Kasza manna na mleku. Rogal, masło, powidła śliwkowe. II śniadanie: Mandarynka, woda mineralna. ALERGENY: 1,7	Krem z marchewki z prażonym słonecznikiem (skrzydełka z indyka, marchew, por, seler, natka pietruszki, sok z cytryny, słonecznik). Zapiekanka ziemniaczana (ziemniaki, kielbasa, cebula, kapusta, marchew, sos beszamelowy). Kompot wieloowocowy. ALERGENY: 1,7,9	Muffinki z owocami (mąka, maślanek, jaja, cukier, proszek do pieczenia, olej, borówka) - wypiek własny. Herbata owocowa. ALERGENY: 1,3,7
01.04.2022 Piątek	Piecząwo pełnoziarniste, masło, pasta z makreli ze szczypiorkiem, papryka czerwona. Bawarka. II śniadanie: Pomidorki koktajlowe, woda mineralna. ALERGENY: 1,4,7	Zupa fasolowa (skrzydełka z indyka, fasola czerwona, marchew, pietruszka, seler, por, natka pietruszki). Pierogi serem na słodko (mąka pszenna, olej, ser twarogowy, cukier puder, masło). Surówka z marchewki i brzoskwini. Kompot wieloowocowy. ALERGENY: 1,7,9	Półmisek owoców (mandarynka, kiwi, gruszka, winogrona ciemne). ALERGENY: brak
04.04.2022 Poniedziałek	Piecząwo pełnoziarniste, masło, sałata zielona, ser żółty, pomidor. Kakao. II śniadanie: Orzechy nerkowca, rodzynki, woda mineralna. ALERGENY: 1,7,8	Żurek z jajkiem i kielbasą (skrzydełka z indyka, zakwas, marchew, pietruszka, seler, por, jaja, ziemniaki, kielbasa, 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, pasta z tuńczyka, ogórek zielony. Herbata owocowa. ALERGENY: 1,4
05.04.2022 Wtorek	"Zrób sobie sam" Piecząwo pełnoziarniste, masło, wędlina, ser salami, roszponka, pomidorki koktajlowe, papryka czerwona i żółta, rzodkiewka, ogórek zielony. Herbata miętowa. II śniadanie: Kiwi, woda mineralna. ALERGENY: 1,7	Rosół z makaronem (skrzydełko z indyka, marchew, pietruszka, seler, por, cebula, natka pietruszki, makaron). Pieczeń ze schabu w sosie własnym (schab, olej, cebula, czosnek, papryka słodka, mąka). Kasza bulgur. Modra kapusta (kapusta czerwona, cebula, olej, cytryna). Kompot wieloowocowy. ALERGENY: 1,3,9	Koktajl owocowy (maślanek, borówki, banan), Pałeczka kukurydziana. ALERGENY: 7
06.04.2022 Środa	Płatki owsiane na mleku. Strucla, masło. II śniadanie: Marchewka, woda mineralna. ALERGENY: 1,7	Barszcz czysty z uszkami (skrzydełka z indyka, burak, koncentrat barszczu, marchew, pietruszka, seler, por, uszka, natka pietruszki). Nuggetsy w płatkach kukurydzianych z piekarnika (filet z kurczaka, maślanek, przyprawy, płatki kukurydziane). Ziemniaki. Mizeria (ogórek zielony, jogurt grecki). Kompot wieloowocowy. ALERGENY: 1,3,7,9	Kisiel owocowy z tartym jabłkiem. Biszkopik. ALERGENY: 1,3

Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
07.04.2022 Czwartek	Pieczyno pełnoziarniste, masło, pasta z sera twarogowego z cebulką zieloną i rzodkiewką. Kawa zbożowa. II śniadanie: Jabłko, 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). Łazanki z kapustą i kielbasą (makaron, kapusta biała, kapusta kiszona, cebula, kielbasa, koperek). Kompot wieloowocowy. ALERGENY: 1,3,7,9	Mleczna kanapka - wypiek własny (mąka pszenna, jaja, cukier, proszek do pieczenia, kakao, śmietana kremówka, serek mascarpone). Herbata owocowa. ALERGENY:1,3,7
08.04.2022 Piątek	Płatki kukurydziane na mleku. Pieczyno pełnoziarniste, masło, dżem 100%. II śniadanie: Ananas, woda mineralna. ALERGENY: 1,7	Zupa królewska (skrzydełka z indyka, marchew, pietruszka, seler, por, szpinak, ziemniaki, śmietana ,natka pietruszki). Ryba smażona (filet z miruny, mąka pszenna, jaja, bułka tarta, olej) Ziemniaki. Surówka z kapusty kiszzonej, marchwi i jabłka. Kompot wieloowocowy. ALERGENY: 1,3,4,7,9	Galaretka z owocami (galaretka, banan, brzoskwinia). ALERGENY:brak

DIETA DZIECI ALERGICZNYCH DOSTOSOWYWANA JEST DO INDYWIDUALNYCH POTRZEB DZIECKA.

ZASTRZEŻA SIĘ ZMIANY W JADŁOSPISIE

Sporządził

Szef kuchni

Dyrektor