

Jadłospis - Przedszkole Publiczne w Harbutowicach	
Okres	20.06.2022 - 01.07.2022
Dieta	Podstawowa

Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
20.06.2022 Poniedziałek	Bułka graham (50 g), masło (5 g), pasztet (20 g), ogórek zielony (30 g). Kawa zbożowa (200 ml). II śniadanie: Truskawki (50 g), woda mineralna (150 ml). ALERGENY: 1,7	Brokułowa z lanym ciastem (250 g). Ryż z jabłkami zapiekany pod bezą (200 g). Kompot wieloowocowy (200 ml). ALERGENY: 1,3,7,9	Bułka wek (35 g), masło (5 g), sałata zielona (5 g), wędlina (20 g), pomidor (20 g). Herbata z cytryną (150 ml). ALERGENY: 1
21.06.2022 Wtorek	Chleb graham (50 g), masło (5 g), pasta z jaj z cebulką zieloną (30 g), papryka czerwona (20 g). Kakao (200 ml). II śniadanie: Winogrona (50 g), woda mineralna (150 ml). ALERGENY: 1,3,7	Koperkowa z ziemniakami (250 g). Pulpet w sosie pomidorowym (100 g). Kasza gryczana (70 g). Ogórek kiszony (80 g)/ Kompot wieloowocowy (200 ml). ALERGENY:1,3,7,9	Bananowy snack (150 g). Mleko (150 ml). ALERGENY: 7
22.06.2022 Środa	Owsianka na mleku (200 g). Chleb kornel (35 g), masło (5 g), ser żółty (15 g). II śniadanie: Pomidorki koktajlowe (40 g), woda mineralna (150 ml). ALERGENY: 1,7	Grochowa z kielbasą (250 g). Kopytko z sosem pieczarkowym (150 g). Kompot wieloowocowy (200 ml). ALERGENY: 1,3,7,9	Kanapka "Biedronka" (pieczywo chrupkie (20 g), serek Almette (20 g), pomidorki koktajlowe, oliwki, koperek zielony (30 g). Woda z pomarańczą (150 ml). ALERGENY: 1,7
23.06.2022 Czwartek	Gryzik na mleku z cynamonem (200 g). Rogal (35 g), masło (5 g), miód (10 g). II śniadanie: Jabłko (60 g), woda mineralna (150 ml). ALERGENY: 1,7	Zupa jarzynowa z fasolką szparagową (250 g). Tagliatelle z indykiem i szpinakiem (200 g). Kompot wieloowocowy (200 ml) ALERGENY: 1,3,7,9	Ciasto marchewkowe - wypiek własny (50 g). Woda z cytryną (150 ml). ALERGENY: 1,3,7
24.06.2022 Piątek	Chleb Iniany/ żytni (50 g), masło (5 g), pasta z makreli (20 g), ogórek korniszony (20 g), rzodkiewka (10 g). Herbata miętowa (200 ml). II śniadanie: Banan (70 g), woda mineralna (150 ml). ALERGENY:1,4,10	Barszcz czerwony z ziemniakami (250 g). Czekoladowe naleśniki z białym serem i truskawkami (150 g). Kompot wieloowocowy (200 ml). ALERGENY: 1,3,7,9	Strucla (35 g), masło (5 g). Kakao (150 ml). Owoce suszone (30 g). ALERGENY: 1,7
27.06.2022 Poniedziałek	Chleb graham (50 g), masło (5 g), pasta z sera twarogowego z rzodkiewką i szczypiorkiem (30 g). Bawarka (200 ml). II śniadanie: Kiwi (50 g), woda mineralna (150 ml). ALERGENY:1,7	Żurek z jajkiem i ziemniakami (250 g). Makaron z sosem truskawkowym i bitą śmietaną (150 g). Kompot wieloowocowy (200 ml). ALERGENY: 1,3,7,9	Bułka mini (30 g), masło (5 g), ser żółty (20 g), roszponka (5 g), papryka żółta (20 g). Herbata z cytryną (150 ml). ALERGENY; 1,7
28.06.2022 Wtorek	Bułka graham (50 g), masło (5 g), roszponka (5 g), wędlina (20 g), pomidorki koktajlowe (20 g). Kawa zbożowa (200 ml). II śniadanie: Marchewka - słupki (30 g), woda mineralna (150 ml). ALERGENY: 1,7	Krupnik (250 g). Nuggetsy z kurczaka (80 g). Ziemniaki (150 g). Surówka z kapusty pekińskiej (80 g). Kompot wieloowocowy (200 ml). ALERGENY: 1,3,7,9,10	Koktajl truskawkowy (150 ml). Biszkopty (20 g). ALERGENY: 1,3,7
29.06.2022 Środa	Płatki kukurydziane z mlekiem (200 ml). Rogal (35 g), masło (5 g), nutella (20 g). II śniadanie: Gruszka (50 g), woda mineralna (150 ml). ALERGENY: 1,7	Zupa alla fasolka po bretońsku z kielbasą (250 g). Kluskki serowo - ziemniaczane (150 g). Surówka z marchewki i brzoskwini (80 g). Kompot wieloowocowy (200 ml) ALERGENY: 1,3,7,9	Arbuz (200 g). ALERGENY: brak
30.06.2022 Czwartek	Chleb kornel/ Iniany (50 g), masło (5 g), pomidor (20 g), ogórek zielony (20 g), rzodkiewka (10 g), cebula zielona (5 g) Kakao (200 ml). II śniadanie: Orzechy włoskie/ rodzyнки (30 g), woda mineralna (150 ml). ALERGENY: 1,7,8	Zupa ogórkowa z ziemniakami (250 g). Pyzy z mięsem (150 g). Surówka z kapusty kiszonej, marchwi i jabłka (80 g). Kompot wieloowocowy (200 ml). ALERGENY: 1,3,7,9	Smoothie z banana i szpinaku (150 ml). Ciasteczka owsiane (20 g). ALERGENY: 1,7,8

Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
01.07.2022 Piątek	Płatki jaglane na mleku (200 g). Strucla (35 g), masło (5g), dżem niskosłodzony (20 g). II śniadanie: Kalarepka (30 g), woda mineralna (150 ml). ALERGENY: 1,7	Zupa pomidorowa z ryżem (250 g). Paluszki rybne z miruny z piekarnika (80 g). Ziemniaki (150 g). Brokuły na parze (60 g). Kompot wieloowocowy (200 ml). ALERGENY: 1,3,4,7,9	Galaretka z owocami (150 g). Pałeczki kukurydziane (10 g). ALERGENY: brak

DIETA DZIECI ALERGICZNYCH DOSTOSOWYWANA JEST DO INDYWIDUALNYCH POTRZEB DZIECKA.

W artykułach spożywczych stosowanych do przygotowania posiłków w przedszkolu mogą znajdować się „alergeny ukryte”

Pełny wykaz składników użytych w potrawach, dostępny u intendenta.

ZASTRZEGA SIĘ ZMIANY W JADŁOSPISIE

Sporządził

Szef kuchni

Dyrektor