

Jadłospis - Przedszkole Publiczne w Harbutowicach

Okres	03.10.2022 - 14.10.2022
Dieta	Podstawowa

Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
03.10.2022 Poniedziałek	Bułka graham (50g), masło (5g), pasztet (20g), ogórek zielony (30g) Herbata (200ml) II Śniadanie: owoce suszone, orzechy (30g), woda mineralna (150ml) ALERGENY: 1,7,8	Zupa ogórkowa z ryżem (250g) Naleśniki z dżemem (150g) Kompot wielowocowy (200ml) ALERGENY: 1,3,7,9	Bułka wek (35g), ser żółty (20g), masło (5g), pomidor (20g) Kakao (150ml) ALERGENY: 1,3,7
04.10.2022 Wtorek	Płatki kukurydziane z mlekiem (200g) Strucla (35g), masło (5g), miód (10g) II Śniadanie: Banan (30g), woda mineralna (150ml) ALERGENY: 1,3,7	Zupa ziemniaczana (250g) Klopsy wieprzowe (80g), kasza jęczmienna (70g), surówka z marchwi i kapusty pekińskiej (80g) Kompot truskawkowy (200ml) ALERGENY: 1,3,9	Wafle ryżowe (30g), sok pomarańczowy (150ml) ALERGENY: 11
05.10.2022 Środa	„ZRÓB SOBIE SAM” chleb kornel (50g), masło (5g) , pomidor, ogórek, sałata (30g), ser (15g), szynka (20g) Herbata (200ml) II Śniadanie: Papryka - słupki (30g), woda mineralna (150ml) ALERGENY: 1,3	Krem marchewkowy z groszkiem ptysowym (250g) Kotlet de'volaille (80g), ziemniaki (150g), brokuły gotowane (80g) Kompot jabłkowy (200ml) ALERGENY: 1,3,7	Koktajl truskawkowy (150ml), pałki kukurydziane (10g) ALERGENY: 7
06.10.2022 Czwartek	Płatki ryżowe na mleku (200g), rogal (35g), masło (5g), nutella z daktyli (15g) II Śniadanie: Jabłko (60g), woda mineralna (150ml) ALERGENY: 1,3,7,8	Zupa jarzynowa (250g) Makaron ze szpinakiem i indykiem (150g) Kompot wielowocowy(200ml) ALERGENY: 1,7,9	Buleczki cynamonowe - wypiek własny (60g), kakao (150ml) ALERGENY: 1,3,7
07.10.2022 Piątek	Chleb graham (50g), pasta z makreli (30g), masło (5g), avocado (15g) Herbata ziołowa (200ml) II Śniadanie: Marchew - słupki (30g), woda mineralna (150ml) ALERGENY: 1,3	Krupnik (250g), Jajko w sosie koperkowym (70g), ziemniaki (150g), fasolka szparagowa (80g) Kompot gruszkowy(200ml) ALERGENY: 1,3,8,9	Budyń czekoladowy (150g), herbatniki (30g) ALERGENY: 1,3,7
10.10.2022 Poniedziałek	Chleb graham (50g), masło (5g), ser (10g), pomidor (30g) Bawarka (200ml) II Śniadanie: śliwka (50g), woda mineralna (150ml) ALERGENY: 1,7	Zupa brokułowa (250g) Ryż z jabłkami i serkiem waniliowym (150g) Kompot wielowocowy (200ml) ALERGENY: 7,9	Smoothie z banana, jagód i płatków owsianych (150ml) ALERGENY: 1,7
11.10.2022 Wtorek	Płatki owsiane na mleku (200g), bułka wek (25g), masło (5g), miód (10g) II Śniadanie: Pomidorki koktajlowe (40g), woda mineralna (150ml) ALERGENY: 1,7	Kapuśniak (250g), Leczo (150g) Kompot owocowy (200ml) ALERGENY: 9	Ptasie mleczko z owocami (150ml) ALERGENY: 7
12.10.2022 Środa	Kiełbaski wieprzowe (80g), masło (5g), chleb(50g), ketchup (5g) Herbata owocowa (200ml) II Śniadanie: Brzoskwinia (40g), woda mineralna (150ml) ALERGENY: 1,7	Zupa z soczewicy z ziemniakami (250g) Pulpety z indyka (80g), kasza bulgur (70g), modro kapusta (80g) Kompot jabłkowy (200ml) ALERGENY: 1,3,7,9	Mini koperta z serem (60g), kakao (150ml) ALERGENY: 1,3,7
13.10.2022 Czwartek	Kasza manna z żurawiną (200g) Strucla (35g), masło (5g), dżem (20g) II Śniadanie: Cukinia - słupki (50g), woda mineralna (150ml) ALERGENY: 1,3,7	Rosół z makaronem (250g) Kotlet drobiowy (80g), ziemniaki (150g), surówka z marchewki z brzoskwinia (80g) Kompot wielowocowy (200ml) ALERGENY: 1,3,7,9	Babka cytrynowa - wyrób własny (50g), herbata (150ml) ALERGENY: 1,3,7
14.10.2022 Piątek	Chleb kornel (50g), masło (5g), pasta jajeczna z szynką (30g), sałata (5g), herbata (200ml) II Śniadanie: winogrono (50g), woda mineralna (150ml) ALERGENY: 1,3	Krem jarzynowy z grzankami (250g) Ryba miruna (70g), frytki warzywne pieczone (150g), buraczki (80g) Kompot śliwkowy (200ml) ALERGENY: 1,3,4,7,9	Półmisek owoców (150g) ALERGENY: BRAK

ZASTRZEGA SIĘ ZMIANY W JADŁOSPISIE

Sporządził

Szef kuchni

Dyrektor