

Jadłospis - Przedszkole Publiczne w Harbutowicach			
Okres	06.03.2023 - 17.03.2023		
Dieta	Podstawowa		
Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
06.03.2023 Poniedziałek	Bułka graham (50g), masło (5g), pomidor(20g), sałata (10g), kiełki (5g), Bawarka (200ml) II śniadanie: winogrono (50g), woda mineralna (150ml) ALERGENY: 1,7	Kapuśniak z ziemniakami (250g) Naleśniki z serem i dżemem (200g) Kompot wielowocowy (200ml) ALERGENY: 1,3, 7,9	Pudding z kaszy jaglanej z musem brzoskwinowym (150g) ALERGENY: 7
07.03.2023 Wtorek	Płatki owsiane na mleku (200g) Bułka wek (35g), masło (5g), ser żółty (15g) II Śniadanie: papryka - słupki (40g), woda mineralna (150ml) ALERGENY: 1,7	Rosół z makaronem (250g), Kotleciki z indyka z brokulem i serem (70g), ziemniaki (150g), sałata zielona ze śmietaną (70g) Kompot jabłkowy (200ml) ALERGENY: 1,3,7,9	Wafle z musem jabłkowym (50g) Herbata z cytryną i miodem (150ml) ALERGENY: BRAK
08.03.2023 Środa	"ZRÓB SOBIE SAM" chleb kornel (50g), masło (5g),sałata, ogórek, pomidor (30g), szynka (20g), ser mozzarella(15g) Herbata owocowa (200ml) II Śniadanie: melon(30g), woda mineralna (150ml) ALERGENY: 1,7	Zupa jarzynowa z lanym ciastem (250g) Tagliatelle z szpinakiem, kurczakiem i serem feta (200g) Kompot owocowy (200ml) ALERGENY: 1,3,7,9	Pizza z serem i szynką (50g) Herbata ziołowa (150ml) ALERGENY: 1,7
09.03.2023 Czwartek	Płatki jaglane na mleku (200g) Rogal (35g), masło (5g) II Śniadanie: jabłko (30g), woda mineralna (150ml) ALERGENY: 1,7	Zupa fasolowa z ziemniakami (250g) Ryż po chińsku z warzywami (200g), Kompot śliwkowy (200ml) ALERGENY: 1,9	Pianki marshmallow na herbatnikach (50g) ALERGENY: 1
10.03.2023 Piątek	Bułka sojowa (50g), masło (5g), pasta z makreli (30g) Kawa zbożowa (200ml) II Śniadanie: marchew - słupki (30g) woda mineralna (150ml) ALERGENY: 1,4,6,7	Zupa koperkowa z zacierką (250ml) Placki ziemniaczane z sosem pieczarkowym (200g) Kompot owocowy (200ml) ALERGENY: 1,3,7,9	Smoothie z jagód, banana i płatków owsianych (150ml) ALERGENY: 1,7
13.03.2023 Poniedziałek	Bułka żytnia (50g), masło (5g) ser żółty (15g), papryka (20g) Bawarka (200ml) II Śniadanie: banan(30g), woda mineralna (150ml) ALERGENY: 1,7	Zupa z ciecierzycy z ziemniakami (250g) Ryż z jabłkami (200g) Kompot owocowy (200ml) ALERGENY: 7,9	Budyń waniliowy z żurawiną (150ml) ALERGENY: 1,7
14.03.2023 Wtorek	Płatki jaglane na mleku (200g) Strucla (35g), masło (5g), dżem (15g) II Śniadanie: kiwi (30g), woda mineralna (150ml) ALERGENY: 1,7	Krem z zielonego groszku z groszkiem ptysiowym (250g), Kotlet mielony (80g), ziemniaki (150g), buraczki (80g) Kompot gruszkowy (200ml) ALERGENY: 1,3,7,9	Mini kanapeczki z sucharków (35g), masło (5g), ser żółty(15g), szynka (15g) Herbata owocowa (150ml) ALERGENY: 1,7
15.03.2023 Środa	Kiełbaski wieprzowe (80g), chleb zwykły (50g), masło (5g), ketchup (5g) Herbata ziołowa (200ml) II Śniadanie: pomidorki koktajlowe (40g), woda mineralna (150ml) ALERGENY: 1,7	Zupa pomidorowa z ryżem (250g), Zapiekanka makaronowa z kielbasą i warzywami (200g) Kompot wielowocowy (200ml) ALERGENY: 1,3,7,9	Jogurt mango - wyrób własny (50g), pałka kukurydziana (20g) ALERGENY: 1,7
16.03.2023 Czwartek	Gryzik na mleku (200g) Bułka wek (35g), masło (5g), miód (10g) II Śniadanie: jabłko (40g), woda mineralna (150ml) ALERGENY:I 1,7	Zupa ogórkowa z ziemniakami (250g) Pulpety z indyka w z sosie koperkowym (80g), kasza bulgur (70g), surówka z marchwi i pomarańczy (70g) Kompot jabłkowy (200ml) ALERGENY: 1,7,9	Ciasto ucierane ze śliwką - wyrób własny (60g) Kakao (150ml) ALERGENY: 1,3,7
17.03.2023 Piątek	Chleb słonecznikowy (50g), masło (5g), twaróg ze szczypiorkiem i rzodkiewką (40g) Herbata zwykła z cytryną i miodem (200ml) II Śniadanie: papryka - słupki (30g), woda mineralna (150ml) ALERGENY: 1,7	Zupa grysikowa z jarzynami (250g) Ryba panierowana (70g), ziemniaki (150g), surówka z kapusty kiszzonej (80g) Kompot wielowocowy (200ml) ALERGENY: 1,3,4,7,9	Szaszłyki owocowe (50g) ALERGENY: BRAK

DIETA DZIECI ALERGICZNYCH DOSTOSOWANA 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