

Jadłospis - Przedszkole Publiczne w Harbutowicach

Okres	13.01.2025 - 24.01.2025
Dieta	Podstawowa

Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
13.01.2025 Poniedziałek	Bułka pszenna (60g), masło (5g), ser żółty (15g), pomidor (30g), Kawa zbożowa (200ml) II Śniadanie: jabłko (60g), woda mineralna (150ml) ALERGENY: 1,7	Kapuśniak z wkładką (250g), Ryż z jabłkami pod bezą (200g), Kompot owocowy (200ml) ALERGENY: 1,3,7,9	Tortilla z serkiem ziołowym, sałatą, szynką i papryką (60g), Herbata z cytryną i miodem (150ml) ALERGENY: 1,7
14.01.2025 Wtorek	Płatki jaglane na mleku (200g), Strucla (35g), masło (5g), miód (5g), Herbata (150ml) II Śniadanie: gruszka (40g), woda mineralna (150ml) ALERGENY: 1,7	Zupa warzywna z lanym ciastem (250g), Leczo (180g), knedel (60g) Kompot śliwkowy (200ml) ALERGENY: 1,7,9	Budyń waniliowy z malinami (150g) ALERGENY: 1,7
15.01.2025 Środa	Kiełbaski wieprzowe (80g), masło (5g), chleb zwykły (35g), ketchup (5g) Herbata ziołowa (200ml) II Śniadanie: marchew - słupki (30g), woda mineralna (150ml) ALERGENY: 1,7	Zupa ryżowa z warzywami (250g), Schab w sosie (120g), kasza bulgur (90g), kapusta pekińska z papryką, ogórkiem (80g) Kompot wieloowocowy (200ml) ALERGENY: 1,7,9	Rogal włoski z pomarańczą (60g), Kakao (150ml) ALERGENY: 1,7
16.01.2025 Czwartek	Musli owocowe z jogurtem (200g), Rogal (35g), masło (5g), herbata (150ml) II Śniadanie: papryka - słupki (30g), woda mineralna (150ml) ALERGENY: 1,7	Zupa brokułowa z ziemniakami (250g), Zapiekanka makaronowa penne z mięsem mielonym i jajkiem w sosie pomidorowym (200g) Kompot jabłkowy (200ml) ALERGENY: 1,3,7,9	Maltańskie kulki kokosowo - czekoladowe (60g), Mleko waniliowe (150ml) ALERGENY: 1,7
17.01.2025 Piątek	Chleb kornel (35g), masło (5g), pasta z jaj i tuńczyka (30g), szczypiorek (5g), bawarka (200ml) II Śniadanie: melon (40g) woda mineralna (150ml) ALERGENY: 1,3,4,7	Krem z dyni z prażonymi migdałami (250g) Placki ziemniaczane z sosem pieczarkowym (200g) Kompot owocowy (200ml) ALERGENY: 1,3,7,9	Półmisek owoców (150g) ALERGENY: BRAK
20.01.2025 Poniedziałek	Bułka sojowa (60g), masło (5g), pasztet (30g), ogórek kiszony (15g), Kawa zbożowa (200ml) II Śniadanie: gruszka (40g), woda mineralna (150ml) ALERGENY: 1,7	Żurek z jajkiem i kiełbasą (250g), Makaron z serem (180g), marchew z mandarynką (70g) Kompot truskawkowy (200ml) ALERGENY: 1,3,7,9	Ślimaczki z ciasta francuskiego (60g), Herbata (150ml) ALERGENY: 1,7
21.01.2025 Wtorek	Płatki ryżowe na mleku (200g), Bułka wek (35g), masło (5g), ser żółty (15g), herbata (150ml) II Śniadanie: pomidorki koktajlowe (30g), woda mineralna (150ml) ALERGENY: 1,7	Rosół z makaronem (250g), Filet z kurczaka w chrupiącej panierce (80g), ziemniaki (150g), sałatka z kapusty z ogórkiem i koperkiem (80g) Kompot wieloowocowy (200ml) ALERGENY: 1,3,7,9	Jogurcik owocowy (60g) ALERGENY: 7
22.01.2025 Środa	"ZRÓB SOBIE SAM" chleb lniany (50g), masło (5g),sałata, ogórek, pomidor (30g), szynka (20g), ser mozzarella(15g) Kawa zbożowa (200ml) II Śniadanie: mandarynka (30g), woda mineralna (150ml) ALERGENY: 1,7	Zupa kalafiorowa z zacierką (250g), Bigos z kiełbasą (200g), chleb (35g) Kompot wieloowocowy (200ml) ALERGENY: 1,7,9	Drożdżówka z jabłkiem (60g), Herbata (150ml) ALERGENY: 1
23.01.2025 Czwartek	Płatki kukurydziane na mleku (200g), Strucla (35g), masło (5g), dżem (15g), herbata (150ml) II Śniadanie: banan (60g), woda mineralna (150ml) ALERGENY; 1,7	Zupa ogórkowa z ryżem 9250g), Pulpety wieprzowe w sosie pomidorowym (100g), kasza gryczana (90g), warzywa gotowane (90g) Kompot jabłkowy (200ml) ALERGENY: 1,7,9	Babka zebra - wypiek własny (60g) Kakao (150ml) ALERGENY: 1,3,7

Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
24.01.2025 Piątek	Chleb lniany (35g), jajecznica se szczypiorkiem (60g), bawarka (200ml) II Śniadanie: jabłko (60g), woda mineralna (150ml) ALERGENY: 1,3,7	Zupa z soczewicy i batata (250g) Ryba soute z warzywami i sosem koperkowym (110g), ziemniaki 150g) Kompot śliwkowy (200ml) ALERGENY: 1,4,7,9	Smoothie truskawkowo - bananowe (150ml) ALERGENY: 7

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