**Jadłospis – Przedszkole**

**od 08.04.2024 do 12.04.2024**

**Poniedziałek 08.04.2024**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ŚNIADANIE** | **OBIAD** | **PODWIECZOREK** |
| Kanapka z masłem, serkiem śmietankowym z cebulą i szczypiorkiem, papryką czerwoną, ogórkiem, kawa zbożowa na mleku | Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym z ziemniakami, chleb graham,  Łazanki z kapustą kiszoną i kiełbasą swojską, kompot wieloowocowy | Budyń czekoladowy z musem truskawkowym i płatkami migdałowymi |

Śniadanie: chleb pszenny graham(**mąka pszenna typ 1850-graham, mąka pszenna typ 750,** drożdże, sól, woda), **masło**, serek śmietankowy z cebulą i szczypiorkiem(**serek** śmietankowy, białka **mleka**, cebula i szczypior liofilizowany 1%, sól, naturalny aromat), papryka czerwona, ogórek, kawa zbożowa na mleku(zboża 78% :**jęczmień, żyto),** cykoria, **mleko**, cukier

Obiad: I danie: marchew, pietruszka, **seler**, por, natka pietruszki, ziemniaki, zupa jarzynowa mrożona(marchew, kalafior, fasola szparagowa, kapusta, brukselka, por, **seler**, produkt może zawierać- **gorczycę, mleko, jaja, soję,** zboża zawierające **gluten**), śmietana 18%**(mleko)**, **masło**, pieprz, sól, ziele angielskie, liść laurowy, lubczyk, vegeta natur(sól morska, suszone warzywa 32%(marchew, pasternak, cebula, ziemniaki, **seler**, pomidory, por, papryka, natka pietruszki), cukier, lubczyk, pieprz czarny, kurkuma, czosnek, koper), chleb pszenny graham(**mąka pszenna typ 1850-graham, mąka pszenna typ 750,** drożdże, sól, woda),

II danie: makaron łazanka(**mąka pszenna**), kapusta kiszona, pieczarki świeże, kiełbasa swojska(mięso wieprzowe 102g, tłuszcz wieprzowy, sól, czosnek, pieprz, cukier), sól, pieprz, kminek, , kompot wieloowocowy(jabłko kostka, agrest, porzeczka czerwona , aronia, truskawka)

Podwieczorek: **mleko**, budyń czekoladowy((skrobia(kukurydziana, ziemniaczana), skrobia modyfikowana ziemniaczana, aromat, barwniki: ryboflawiny, annato- produkt może zawierać: **gluten, jaja, mleko, soję, orzechy, orzeszki ziemne** i nasiona **sezamu**), truskawki mrożone, cukier, płatki migdałowe

**Wtorek 09.04.2024**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ŚNIADANIE** | **OBIAD** | **PODWIECZOREK** |
| Bułka z masłem, miodem wielokwiatowym, płatki kukurydziane na mleku, herbata rumiankowa | Zupa warzywna z fasolką szparagową z makaronem, chleb mieszany,  Kasza jęczmienna z gulaszem wieprzowym, ogórek kiszony, kompot wieloowocowy | Surówka z marchewki i mandarynek |

Śniadanie: bułka zwykła(**mąka pszenna typ450**, drożdże, margaryna, sól, cukier, dodatek wypiekowy, woda), **masło**, miód wielokwiatowy, **mleko**, płatki kukurydziane(grys kukurydziany, cukier, sól, syrop cukru inwertowanego, melasa, substancje wzbogacające: witaminy (B3,B5,B2,B6,B9, produkt może zawierać-orzeszki ziemne, orzechy), herbata rumiankowa

Obiad: I danie: marchew, pietruszka, **seler**, por, natka pietruszki, fasolka szparagowa mrożona, makaron muszelki małe(**mąka pszenna**) śmietana 18%**(mleko)**, **masło**, pieprz, sól, ziele angielskie, liść laurowy, lubczyk, vegeta natur(sól morska, suszone warzywa 32%(marchew, pasternak, cebula, ziemniaki, **seler**, pomidory, por, papryka, natka pietruszki), cukier, lubczyk, pieprz czarny, kurkuma, czosnek, koper), chleb pszenno – żytni(**mąka pszenna typ 750,** woda, **mąka żytnia typ 720,** drożdże, sól)

II danie: kasza jęczmienna perłowa(**jęczmień**), szynka wieprzowa surowa, cebula, czosnek, **mąka pszenna, mleko,** śmietana 18%**(mleko)**,ogórek kiszony, papryka słodka, sól, pieprz, kompot wieloowocowy(jabłko kostka, agrest, porzeczka czerwona , aronia, truskawka)

Podwieczorek: marchew, mandarynka

**Środa 10.04.2024**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ŚNIADANIE** | **OBIAD** | **PODWIECZOREK** |
| Kanapka z masłem, pastą drobiowo-warzywną, papryką czerwoną, rzodkiewką, herbata z cytryną | Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami, chleb żytni razowy,  Ryż z jabłkami i cynamonem, kompot wieloowocowy | Koktajl bananowy z cynamonem |

Śniadanie: chleb żytni razowy(**mąka żytnia razowa typ 2000**, woda, **mąka pszenna typ 750**, sól, drożdże), mięso gotowane z udka z kurczaka zmielone, warzywa gotowane(marchew, pietruszka, **seler**), natka pietruszki, sól, pieprz, papryka czerwona, rzodkiewka, herbata czarna Lipton, cytryna, cukier

Obiad: I danie: marchew, pietruszka, **seler**, por, natka pietruszki, ziemniaki, soczewica czerwona, pomidory krojone z puszki, koncentrat pomidorowy Pudliszki 30, czosnek, kości schabowe, śmietana 18%**(mleko)**, **masło**, pieprz, sól, ziele angielskie, liść laurowy, lubczyk, vegeta natur(sól morska, suszone warzywa 32%(marchew, pasternak, cebula, ziemniaki, **seler**, pomidory, por, papryka, natka pietruszki), cukier, lubczyk, pieprz czarny, kurkuma, czosnek, koper), chleb żytni razowy(**mąka żytnia razowa typ 2000**, woda, **mąka pszenna typ 750**, sól, drożdże),

II danie: ryż biały, jabłka prażone, cynamon, kompot wieloowocowy (jabłko kostka, agrest, porzeczka czerwona , aronia, truskawka)

Podwieczorek: jogurt naturalny 2%( **mleko**, żywe kultury bakterii jogurtowych), banan, cynamon

**Czwartek 11.04.2024**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ŚNIADANIE** | **OBIAD** | **PODWIECZOREK** |
| Kasza jaglana na mleku z musem jabłkowym, wafle ryżowe, herbata owocowa | Zupa koperkowa na wywarze warzywnym z ryżem, chleb mieszany,  Krokiety z mięsem, kompot wieloowocowy | Sok jabłkowy 100%, chrupki kukurydziane |

Śniadanie: kasza jaglana, **mleko**, jabłka, wafle ryżowe(ryż brązowy), herbata owocowa(hibiskus kwiat, jabłko, czarna porzeczka owoc, malina owoc 10%, wiśnia owoc, aronia owoc 10%, jarzębina owoc 2%, jeżyna owoc 0,1, aromat),

Obiad: I danie: marchew, pietruszka, **seler**, por, natka pietruszki, koper, ryż biały, śmietana 18%**(mleko)**, **masło**, pieprz, sól, ziele angielskie, liść laurowy, lubczyk, vegeta natur(sól morska, suszone warzywa 32%(marchew, pasternak, cebula, ziemniaki, **seler**, pomidory, por, papryka, natka pietruszki), cukier, lubczyk, pieprz czarny, kurkuma, czosnek, koper), chleb pszenno – żytni(**mąka pszenna typ 750,** woda, **mąka żytnia typ 720,** drożdże, sól)

II danie: krokiety z mięsem(**mąka pszenna**, woda, mięso wieprzowe 15,4%, mięso wołowe 8%, olej rzepakowy, pasteryzowane **jaja** płynne, serwatka w proszku (**z mleka**), białko **sojowe**, skrobia ziemniaczana, cebula, przyprawy (zawierają **gorczycę**), sól, błonnik **pszenny**, suszone warzywa (marchew, pietruszka, por, cebula), drożdże.) kompot wieloowocowy (jabłko kostka, agrest, porzeczka czerwona , aronia, truskawka)

Podwieczorek: sok jabłkowy 100%, chrupki kukurydziane(grys kukurydziany bez GMO (98,98%), olej roślinny bez GMO(rzepakowy), sól,

**Piątek 12.04.2024**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ŚNIADANIE** | **OBIAD** | **PODWIECZOREK** |
| Kanapka z masłem, serem żółtym, rzodkiewką, ogórkiem, kakao | Zupa kalafiorowa na wywarze warzywnym z kaszą manną, chleb ziarnisty,  Ziemniaki z masłem i koperkiem, paluszki rybne pieczone, surówka z buraczków z jabłkiem, kompot wieloowocowy | Wafle ryżowe z dżemem truskawkowym, kiwi i pestkami słonecznika |

Śniadanie: : chleb ziarnisty(**mąka pszenna typ 450,** maxi korn 50%- koncentrat do wypieku chleba ziarnistego(zawiera **sezam**), drożdże, sól, dodatek wypiekowy, woda, ziardekor – mieszanka wieloziarnista dekoracyjna(**płatki pszenne, żytnie, nasiona sezamu**, słonecznika i siemienia lnianego), **masło**, ser żółty(**mleko** pasteryzowane, sól, stabilizator: chlorek wapnia, kultury bakterii ), rzodkiewka, ogórek, kakao(zawartość tłuszczu kakaowego 10-12%, składniki: kakao o obniżonej zawartości tłuszczu, regulator kwasowości: węglany potasu, Produkt może zawierać **mleko**), **mleko,** cukier.

Obiad: I danie: marchew, pietruszka, **seler**, por, natka pietruszki, kalafior mrożony, kasza manna(**pszenica**), śmietana 18%**(mleko)**, **masło**, pieprz, sól, ziele angielskie, liść laurowy, lubczyk, vegeta natur(sól morska, suszone warzywa 32%(marchew, pasternak, cebula, ziemniaki, **seler**, pomidory, por, papryka, natka pietruszki), cukier, lubczyk, pieprz czarny, kurkuma, czosnek, koper), : chleb ziarnisty(**mąka pszenna typ 450,** maxi korn 50%- koncentrat do wypieku chleba ziarnistego(zawiera **sezam**), drożdże, sól, dodatek wypiekowy, woda, ziardekor – mieszanka wieloziarnista dekoracyjna(**płatki pszenne, żytnie, nasiona sezamu**, słonecznika i siemienia lnianego),

II danie: ziemniaki, **masło**, koper, paluszki rybne(filety z **mintaja** 59%, **mąka pszenna**, olej rzepakowy, skrobia **pszenna** modyfikowana, skrobia tapiokowa, sól, papryka mielona, kurkuma, drożdże, zagęszczacze: kwaśny węglan sodu, produkt może zawierać – śladowe ilości **skorupiaków, jajek, soi, laktozy z mleka, gorczycy i mięczaków**), buraczki czerwone, jabłka, sól, pieprz, kompot wieloowocowy (jabłko kostka, agrest, porzeczka czerwona , aronia, truskawka)

Podwieczorek: wafle ryżowe(ryż brązowy), , dżem truskawkowy(truskawki, woda, cukier, substancja żelująca-pektyny, , regulator kwasowości-kwas cytrynowy, przeciwutleniacz-witamina C(kwas L-askorbinowy), kiwi, pestki słonecznika

**Alergeny zostały oznaczone pogrubioną czcionką.**

1.Z przyczyn obiektywnych niezależnych jadłospis może ulec zmianie, zwłaszcza w zakresie podawanych warzyw i owoców oraz dań z nich przygotowywanych. 2. Zmiany mogą dotyczyć również pieczywa