**JADŁOSPIS**

**TYGODNIOWY**

|  |
| --- |
| **PRZEDSZKOLE nr 64 „Ekoludek”** |
| DZIEŃ | **ŚNIADANIE** | **ZUPA + PODWIECZOREK** | **DRUGIE DANIE** |
| **PON****15.04.****2024** | Jajecznica na maśle ze szczypiorkiem 50g/5gPomidor, sałata roszponka 15gKakao na mleku 200ml | Zupa jarzynowa z cukinią , ziemniakami świeżą natką pietruszkii śmietaną250mlSmoothie „Gumiś” z bananem, gruszką, truskawką, miodem i cytryną.Wafle ryzoweWoda mineralna | Schab pieczony z tymiankiem, cebulą i czosnkiem w sosie własnym 60gKasza jęczmienna 130 gSurówka z kapusty białej, marchwi i chrzanu (śmietana, majonez) 80gKompot owocowy (jabłko, truskawka)(200 ml) |
| **WT****16.04****2024** | Kasza jaglana na mleku ze śliwką susz.200mlChlebsłonecznikowy z masłem35g/5gKiełbasa krakowska sucha, ser żółty kolorowa papryka20g/15gHerbata lipowa z cytryną 200ml | Zupa krupnik mix kasz z ziemniakami i świeżą natką pietruszki 250mlBudyń czekoladowy z malinami 100% 200mlPieczywo chrupkie żytnieWoda mineralna | Ryż z jabłkiem prażonym, cynamonem i masłem 180gPolewa truskawkowo-jogurtowa 50 mlSurówka: marchew do chrupania 80gHerbata czarna 200 ml |
| **ŚR****17.04****2023** | Płatki orkiszowe na mleku 200mlKajzerka z masłem35g/5gSałatka: makaron kokardy, brokuł, pierś wędzona z kurczaka, żółta papryka, śmietana, majonez. 20g/15gHerbata rumiankowa 200ml | Rosół z makaronem ze świeżą natką pietruszki 250mlMus owocowy z posypką z liofilizowanych owoców . | Mielony stek z szynki wieprzowej z cebulą i pieczarkami 60 g/ mlZiemniaki z koperkiem 60 gOgórek kiszony 40gSok owocowo-warzywny |
| **CZW****18.04.****2024** | SZWEDZKI STÓŁPieczywo mieszane z masłem 35g/5gSchab z morelą, ser biały w plastrach, pasta z gotowanych warzyw z majonezem 40gSałata strzępiasta, kiełki rzodkiewki , ogórek kiszony. 5g | Zupa kapuśniak z podsmażaną kiełbasą, ziemniakami i świeżą natką pietruszki 250mKoktajl jagodowy z otrębami pszennymi.Maca tradycyjna do chrupania | Spaghetii Bolognese z mięsem z łopatki wp, sosem pomidorowym, żółtym serem i ziołami 220gSałata rucolaKompot owocowy 200 ml |
| **PT****19.04.****2024** | Płatki owsiane 200 mlChleb razowy z masłem 35g/5gSer kozi, szynka z indyka 20gOgórek zielony, rzodkiewka, szczypiorek 5gHerbata z dzikiej róży 200ml | Zupa ogórkowa z kaszą bulgur , śmietaną i świeżą natką pietruszki 250mlŚliwka pod kruszonką 200 ml z kleksem jogurtowym i świeżą miętą. Herbata z cytryną 200 ml | Ryba Miruna smażona w panierce 60gZiemniaki z masłem 120 gMini marchew z masłem i sezamem 80gKompot owocowy 200ml |

|  |
| --- |
|  **Alergeny zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 wymienione na drugiej stronie.** |
| W kuchni używa się: zboża zawierające **gluten, seler, gorczycę, soje, mleko, jaja, ryby, orzechy, migdały i nasiona sezamu** .Każda potrawa może zawierać wyżej wymienione alergeny. Woda mineralna n/g podawana jest dzieciom bez ograniczeń.Dyrektor zastrzega możliwość wprowadzenia zmian w jadłospisie. |

 Dyrektor Intendent