**JADŁOSPIS**

**TYGODNIOWY**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **PRZEDSZKOLE nr 64 „Ekoludek”** | | | |
| DZIEŃ | | **ŚNIADANIE** | **ZUPA + PODWIECZOREK** | **DRUGIE DANIE** |
| **PON**  **15.04.**  **2024** | | Jajecznica na maśle ze szczypiorkiem 50g/5g  Pomidor, sałata roszponka 15g  Kakao na mleku 200ml | Zupa jarzynowa z cukinią , ziemniakami świeżą natką pietruszkii śmietaną250ml  Smoothie „Gumiś” z bananem, gruszką, truskawką, miodem i cytryną.  Wafle ryzowe  Woda mineralna | Schab pieczony z tymiankiem, cebulą i czosnkiem w sosie własnym 60g  Kasza jęczmienna 130 g  Surówka z kapusty białej, marchwi i chrzanu (śmietana, majonez) 80g  Kompot owocowy (jabłko, truskawka)  (200 ml) |
| **WT**  **16.04**  **2024** | | Kasza jaglana na mleku ze śliwką susz.  200ml  Chlebsłonecznikowy z masłem35g/5g  Kiełbasa krakowska sucha, ser żółty kolorowa papryka20g/15g  Herbata lipowa z cytryną 200ml | Zupa krupnik mix kasz z ziemniakami i świeżą natką pietruszki 250ml  Budyń czekoladowy z malinami 100% 200ml  Pieczywo chrupkie żytnie  Woda mineralna | Ryż z jabłkiem prażonym, cynamonem i masłem 180g  Polewa truskawkowo-jogurtowa 50 ml  Surówka: marchew do chrupania 80g  Herbata czarna 200 ml |
| **ŚR**  **17.04**  **2023** | | Płatki orkiszowe na mleku 200ml  Kajzerka z masłem  35g/5g  Sałatka: makaron kokardy, brokuł, pierś wędzona z kurczaka, żółta papryka, śmietana, majonez. 20g/15g  Herbata rumiankowa 200ml | Rosół z makaronem ze świeżą natką pietruszki 250ml  Mus owocowy z posypką z liofilizowanych owoców . | Mielony stek z szynki wieprzowej z cebulą i pieczarkami 60 g/ ml  Ziemniaki z koperkiem 60 g  Ogórek kiszony 40g  Sok owocowo-warzywny |
| **CZW**  **18.04.**  **2024** | | SZWEDZKI STÓŁ  Pieczywo mieszane z masłem 35g/5g  Schab z morelą, ser biały w plastrach, pasta z gotowanych warzyw z majonezem 40g  Sałata strzępiasta, kiełki rzodkiewki , ogórek kiszony. 5g | Zupa kapuśniak z podsmażaną kiełbasą, ziemniakami i świeżą natką pietruszki 250m  Koktajl jagodowy z otrębami pszennymi.  Maca tradycyjna do chrupania | Spaghetii Bolognese z mięsem z łopatki wp, sosem pomidorowym, żółtym serem i ziołami 220g  Sałata rucola  Kompot owocowy 200 ml |
| **PT**  **19.04.**  **2024** | | Płatki owsiane 200 ml  Chleb razowy z masłem 35g/5g  Ser kozi, szynka z indyka 20g  Ogórek zielony, rzodkiewka, szczypiorek 5g  Herbata z dzikiej róży 200ml | Zupa ogórkowa z kaszą bulgur , śmietaną i świeżą natką pietruszki 250ml  Śliwka pod kruszonką 200 ml z kleksem jogurtowym i świeżą miętą  . Herbata z cytryną 200 ml | Ryba Miruna smażona w panierce 60g  Ziemniaki z masłem 120 g  Mini marchew z masłem i sezamem 80g  Kompot 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