

	JADŁOSPIS DZIENNY	LISTOPAD
	PRZEDSZKOLE PUBLICZNE W SKIDZINIU	13.11-17.11.2023r.

1. ŚNIADANIA:

Poniedziałek- Chleb pszenny z masłem^{1,3,7} wędliną drobiową

ogórek herbata, gruszka **B:12g T:12g W:45g Kcal 335**

Wtorek- Płatki czekoladowe^{1,7} z mlekiem, chleb słonecznikowy z masłem⁷

i serem białym na wytrawno z warzywami , herbata ziołowa z miodem ,
marchewka **B:11,2 T:8g W: 65g Kcal 376,8**

Środa – Bułka kukurydziana z masłem^{1,7}, wędliną i serem żółtym⁷ papryka czerwona,

herbata, marchewka z jabłkiem **B:12g T:11g W:49g Kcal 333**

Czwartek Weka z masłem^{1,3,7} ,jogurt gratka⁷ ,herbata ziołowa, gruszka

B:11g

T:12g W:47g Kcal 286

Piątek - Bułka kajzerka z masłem i dżemem^{1,8} , kakao⁷ , herbata ,banany **B:11 T:8 W:65 Kcal 376**

2. OBIADY- CATERING:

Poniedziałek- Barszcz czerwony z ziemniakami(250ml) (s,m)

Knedle z truskawkami (3szt.) (z,m,j)

Kompot (150 ml) **Kcal 640**

Wtorek- Zupa pomidorowa z ryżem (250ml) (s,z,m)

Filecik drobiowy soute, ziemniaki, buraczki

Kompot (150 ml) **Kcal 495**

Środa- Krem brokułowy z groszkiem ptysiowym (250 ml) (z,s,m,j)

Ryż z jabłkami (z,m)

Kompot (150 ml) **Kcal 525**

Czwartek - Zupa pieczarkowa z makaronem (250 ml) (s,z,m,j)

Gulasz, kasza jęczmienna, colesław (z,s)

Kompot (150 ml) **Kcal 640**

Piątek- Zupa z soczewicy z grzankami (250 ml) (s,z,m,j)

Jajko w sosie chrzanowym, ziemniaki, surówka z marchewki (j,m,s)

Kompot (150 ml) **Kcal 525**

LEGENDA ALERGENY; Z- Zboża, J-Jajka, S- Seler, M-Mleko

3. PODWIECZORKI:

Poniedziałek –Soczek owocowy , wafle **B7g T:9 W:41g**

Wtorek- Kanapeczki ; weka z pasztetem i ogórkiem kiszonym **B:6g T:2g W:50g Kcal 234**

Środa- Jabłko pieczone z miodem **B:4,1g T:6,53g W:29,21g Kcal 190**

Czwartek - Groszek ptysiowy^{1,3} woda **B:12g T:5g W:49g Kcal 169**

Piątek- Koktajl truskawkowy⁷ **B:3,0g T:1,6 W:10,8g Kcal 76**

1.	Zboża zawierające gluten (tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich szczepki hubrydowe) i produkty pochodne	8.	Orzechy tj. migdały, orzechy laskowe , orzechy włoskie, nerkowce , orzechy pekan , orzechy brazylijskie, pistacje, orzechy makadamie i produkty pochodne
2.	Skorupiaki i produkty pochodne	9.	Seler zwyczajny i produkty pochodne
3.	Jajka i produkty pochodne	10.	Gorzyczka i produkty pochodne
4.	Ryby i produkty pochodne	11.	Nasiona sezamu i produkty pochodne
5.	Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne	12.	Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/l w przeliczeniu na SO2
6.	Soja i produkty pochodne	13.	Łubin i produkty pochodne
7.	Mleko i produkty pochodne	14.	Mięczaki i produkty pochodne