

	JADŁOSPIS DZIENNY	GRUDZIEŃ
	PRZEDSZKOLE PUBLICZNE W SKIDZINIU	04.12-08.12.2023r.

1. ŚNIADANIA:

Poniedziałek- Chleb pszenny z masłem^{1,7}, szynka, ogórek zielony, jabłka, herbata z miodem i cytryną **B:14,3g T:11,34g W:44,56 Kcal 322**

Wtorek- Pieczywo pełnoziarniste z masłem⁷ serkiem białym na słodko, gruszka ,herbata owocowa ,kakao⁷ **B:16,54 T:11,05 W:40,52 Kcal 330**

Środa - Kolorowe kanapki: pieczywo mieszane^{1,3} ser żółty⁷, wędlina, , ogórek, papryka herbata , mandarynka **B:10,43 T:12,37 W:26,74 Kcal 248**

Czwartek - Parówka drobiowa na gorąco, ketchup^{1,6} bułka z masłem^{1,7} banany ,herbata z cytryną i miodem **B:11,11 T:12,74g W: 34,98g Kcal 261**

Piątek – Bułka owsiana z masłem⁷, paszтетem.⁷ papryka czerwona, marchewka herbata owocowa **B:12g T:11g W:49g Kcal 333**

2. OBIADY- CATERING:

Poniedziałek – Żur z jajkiem (250ml) (s,z,m,j)

Pierogi z serem białym, masłem i cukrem (3szt.) (z,m,j)

Kompot (150 ml) **Kcal 533**

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

Filet drobiowy panierowany, ziemniaki, buraczki (z,j)

Kompot (150 ml) **Kcal 495**

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

Makaron z kurczakiem, warzywami i sosem serowym (z,m,j)

Kompot (150 ml) **Kcal 636**

Czwartek - Zupa jarzynowa z ziemniakami (250 ml) (s)

Medaliony z indyka, kasza jęczmienna, surówka z białej kapusty (z,s)

Kompot (150 ml) **Kcal 525**

Piątek - Zupa grysikowa (250 ml) (s,z)

Nuggetsy rybne (3szt.), ziemniaki, surówka z kapusty kiszzonej (z,s)

Kompot (150 ml) **Kcal 485**

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

3. PODWIECZORKI:

Poniedziałek - Ciasteczka lubisie **B:6g T:2 W:50g Kcal 234**

Wtorek- Grzanki z masłem ziołowym **B:12g T:5g W:49g Kcal 169**

Środa – Chrupki kukurydziane, papryka **B:3g T:18g W:31,64g Kcal 294**

Czwartek – Galaretka owocowa **B:12,25g T:14,36g W:18,67g Kcal 166**

Piątek - Serek Danonek **B:3,2g T:1,45g W:6,0g Kcal 50**

1.	Zboża zawierające gluten (tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich szczypty 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.	Gorczyca 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 SO ₂
6.	Soja i produkty pochodne	13.	Łubin i produkty pochodne
7.	Mleko i produkty pochodne	14.	Mięczaki i produkty pochodne



JADŁOSPIS DZIENNY

GRUDZIEŃ

PRZEDSZKOLE PUBLICZNE W SKIDZINIU

04.12-08.12.2023r.