

	<b>JADŁOSPIS DZIENNY</b>	<b>STYCZEŃ/LUTY</b>
	<b>PRZEDSZKOLE PUBLICZNE W SKIDZINIU</b>	<b>29.01-02.02.2024r.</b>

### 1. ŚNIADANIA:

**Poniedziałek**- Chleb pszenny z masłem<sup>1,3,7</sup>, szynka drobiowa, ogórek zielony, jabłka, herbata z miodem i cytryną **B:14,3g T:11,34g W:44,56 Kcal 322**

**Wtorek**- Płatki kukurydziane<sup>1,7</sup> z mlekiem, weka<sup>1</sup> z masłem<sup>7</sup> i miodem, herbata ziołowa, gruszka **B:11,2 T:8g W: 65g Kcal 376,8**

**Środa** -- Bułka kajzerka z masłem<sup>1,3,7</sup>, jogurt owocowy<sup>7</sup>.  
herbata owocowa, marchewka **B:11g T:12g W:47g Kcal 286**

**Czwartek** --- Chleb graham z masłem<sup>1,3,7</sup> twarożek ze szczypiorkiem i pomidorem<sup>7</sup>.  
banany, herbata owocowa **B:14 T:11 W:49 Kcal 341**

**Piątek** — Bułka słonecznikowa z masłem<sup>1,3,7</sup>, serem żółtym<sup>7</sup>, papryka,  
herbata z sokiem malinowym, gruszka **B:10,43 T:12,37 W:26,74 Kcal 339**

### 2. OBIADY- CATERING:

**Poniedziałek**- Barszcz ukraiński z ziemniakami (250ml) (m)  
Racuchy z jabłkami (1szt.) (j,m,z)  
Kompot (150 ml) **Kcal 621**

**Wtorek** -Zupa grysikowa (250ml) (s,z)  
Spaghetti bolognese (j,m,s,z)  
Kompot (150 ml) **Kcal 636**

**Środa** - Krem brokułowy z grzankami (250 ml) (z,s,m,j)  
Kopytka z masłem i cukrem (5szt.) (z,m,j)  
Kompot (150 ml) **Kcal 540**

**Czwartek** -Zupa kalafiorowa z makaronem (250 ml) (s,z,m,j)  
Klopsy w sosie pieczarkowym, kasza jęczmienna, buraczki (z,s,m,j)  
Kompot (150 ml) **Kcal 495**

**Piątek** -Grochówka z groszkiem ptysiowym (250 ml) (s,z,j)  
Nuggetsy rybne (5szt.), ziemniaki, sałatka szwedzka (z,s)  
Kompot (150 ml) **Kcal 533**

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

### 3. PODWIECZORKI:

**Poniedziałek** – Soczek marchewkowo-bananowy Kubuś **B:1,2g T:0,3 W:36,9g Kcal 156**

**Wtorek**- Serek owocowy Danonek<sup>7</sup> **B:2,1g T:1,2 W:16,2g Kcal 77**

**Środa** – Wafle ryżowe z marchewką **B:3g T:1 W:35g Kcal**

**Czwartek** - Kinder chocolate<sup>7</sup> **B:1,1g T:4,4g W:6,7g Kcal 71**

**Piątek**- Babka jogurtowa<sup>1,3,7</sup> **B:3,0g T:18g W:31g Kcal 294**

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.	Gorezycza 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 <sub>2</sub>
6.	Soja i produkty pochodne	13.	Łubin i produkty pochodne
7.	Mleko i produkty pochodne	14.	Mięczaki i produkty pochodne