

	JADŁOSPIS DZIENNY	MARZEC
	PRZEDSZKOLE PUBLICZNE W SKIDZINIU	04-08.03.2024r.

1. ŚNIADANIA:

Poniedziałek – Chleb pszenny¹ z masłem⁷ wędliną i serem żółtym, pomidorem i ogórkiem zielonym, herbata jabłka **B:14,3g T:11,34g W:44,56g Kcal 322**

Wtorek — Chleb graham^{1,3} z masłem⁷ i białym serem⁷ na słodko herbata owocowa ,gruszka **B:16,54 T:11,05 W:40,52 Kcal 330**

Środa - Parówka drobiowa na gorąco, ketchup^{1,6} chleb pszenny z masłem^{1,7} ogórek zielony herbata z cytryną i miodem, marchewka **B:11,11 T:12,74g W: 34,98g Kcal 261**

Czwartek - Zupa mleczna z kaszą manną, bułka kajzerka z masłem^{1,6,7}, herbata rumiankowa banany **B:13,81g T:7,38g W:62,71g Kcal 375**

Piątek - Pieczywo żytnie^{1,3} z masłem⁷, pomidorem, sałatą lodową herbata ziołowa z miodem ,marchewka **B:11,57g T: 13,36g W:48,43 Kcal 345**

2. OBIADY- CATERING:

Poniedziałek - Żur z ziemniakami (250ml) (s,z,m)
Racuchy z jabłkami i cukrem pudrem (j,m,z)
Kompot (150 ml) **Kcal 621**

Wtorek - Zupa neapolitańska z makaronem (250ml) (s,z,m,j)
Nuggetsy drobiowe (6szt.), ziemniaki, surówka z białej kapusty (j,z,s)
Kompot (150 ml) **Kcal 636**

Środa- Krem z zielonego groszku z groszkiem ptysiowym (250 ml) (z,s,m,j)
Kopytka z masłem i cukrem (5szt.) (z,m,j)
Kompot (150 ml) **Kcal 636**

Czwartek - Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami (250 ml) (s)
Gulasz, kasza jęczmienna, buraczki (z)
Kompot (150 ml) **Kcal 640**

Piątek - Zupa z soczewicy z grzankami (250 ml) (s,z,j)
Paluszki rybne (2szt.), ziemniaki, surówka z marchewki (z,s,j,m)
Kompot (150ml) **Kcal 533**

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

3. PODWIECZORKI:

Poniedziałek- Wafle w gorzkiej czekoladzie¹, marchewka **B:3g T:1 W:35g Kcal 159**

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

Środa - Jogurt owocowy⁷ **B:3,0g T:1,6 W:10,8g Kcal 76**

Czwartek- Owoce i bakalie^{5,6,8} **B:3g T:1g W:34g Kcal 159**

Piątek- Batonik z ziarnami zbóż^{1,7} Kinder Country **B:2,0g T:7,9 W:12,9g Kcal 132**

1.	Zboża zawierające gluten (tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich szczepy hybrydowe) 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.	Gorzycza 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



JADŁOSPIS DZIENNY

MARZEC

PRZEDSZKOLE PUBLICZNE W SKIDZINIU

04-08.03.2024r.