

	JADŁOSPIS DZIENNY	KWIECIEŃ
	PRZEDSZKOLE PUBLICZNE W SKIDZINIU	15-19.04.2024r.

1. ŚNIADANIA:

Poniedziałek - Chleb pszenny¹, masło ⁷, wędlina ⁶, ogórek zielony, herbata, jabłka **B:14,3g T:11,34g W:44,56g Kcal 322**

Wtorek – Bułka drożdżowa z cynamonem, z masłem^{1,3}, kakao⁷, herbata, banany **B:11 T:8 W:65 Kcal 376**

Środa – Chleb słonecznikowy z masłem⁷, pasta z sera białego ,ryby w pomidorach ^{1,7,9} ogórek kiszony, pomarańcza ,herbata **B:13 T:13g W: 49g Kcal 365**

Czwartek - Płatki kukurydziane^{1,7} z mlekiem ,bułka kajzerka¹ zmasłem⁷i dżemem herbata ziołowa, ,gruszka **B:11,2 T:8g W: 65g Kcal 376,8**

Piątek - Graham z masłem i serem żółtym ^{1,3,7,9} szczypiorkiem i pomidorem kiwi ,herbata z miodem **B:11g T:8g W:65g Kcal 376**

2. OBIADY- CATERING:

Poniedziałek - Kapuśniak z ziemniakami (250ml) (s,z)

Ryż z jabłkami (z,m)

Kompot (150 ml) **Kcal 525**

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

Kotlet schabowy, ziemniaki, surówka z białej kapusty (z,j)

Kompot (150 ml) **Kcal 566**

Środa - Krem z białych warzyw z groszkiem ptysiowym (250 ml) (z,s,m)

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

Kompot (150 ml) **Kcal 640**

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

Medaliony z indyka, kasza jęczmienna, buraczki (z)

Kompot (150 ml) **Kcal 533**

Piątek - Rosół z makaronem (250 ml) (s,z,m,j)

Nuggetsy rybne (5szt.), ziemniaki, surówka z kapusty kiszonej(s,j,z)

Kompot (150ml) **Kcal 525**

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

3. PODWIECZORKI:

Poniedziałek- Soczek , słomka ptysiowa **B7g T:9 W:41g Kcal 276**

Wtorek — Kisiel z owoców leśnych **B:2g T:4 W:49g Kcal 240**

Środa - Jogurt owocowy ⁷ **B:3,0g T:1,6 W:10,8g Kcal 76**

Czwartek - Marchewka z jabłkiem **B:3g T:1g W:34g Kcal 159**

Piątek- Drożdżówka z serem **B:8g T:5g W:39g Kcal 288**

1.	Zboża zawierające gluten (tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich szczepy huczbydowe) 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 SO2
6.	Soja i produkty pochodne	13.	Łubin i produkty pochodne
7.	Mleko i produkty pochodne	14.	Mięczaki i produkty pochodne