**JADŁOSPIS TYGODNIOWY ODDZIAŁY PRZEDSZKOLNE PSP2   
22.04.2024-26.04.2024**

(Alergeny zostały **wyróżnione** na jadłospisie)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Data** | **Śniadanie** | **Obiad** | **Podwieczorek** |
| 22.04.2024  Poniedziałek | Kasza manna na mleku z mango 250g (**mleko**, kasza manna (z **pszenicy**), mango)  Chleb kukurydziany 30g (z **pszenicy**)  Masło 5g (z **mleka**)  Ser żółty 20g (z **mleka**)  Pomidor 20g  Herbata miętowa 200ml (herbata miętowa, miód) | Zupa grochowa na wywarze warzywnym 250g (ziemniaki, groch, marchew, **seler**, pietruszka korzeń, natka pietruszki, masło (z **mleka**), czosnek, przyprawy)  + chleb **pszenny** 30g  Makaron 150g (zawiera **pszenica**, **jaja**)  Leczo z fasolką szparagową 140g (fasolka szparagowa zielona, cukinia, papryka czerwona, pieczarki, pomidory, passata pomidorowa, cebula, czosnek, śmietana  (z **mleka**), mąka **pszenna**, olej rzepakowy, przyprawy)  Woda z miętą i cytryną 200ml (woda, cytryna, mięta, miód) | Chałka z masłem orzechowym  i bananem 150g (chałka **pszenna**, masło **orzechowe**, banan)  + **mleko** 150ml |
| 23.04.2024  Wtorek | Płatki owsiane na mleku z prażonymi jabłkami z cynamonem 250g (**mleko**, płatki owsiane (z **pszenicy**), jabłka, cynamon, miód)  Bagietka **pszenna** 30g  Masło 5g (z **mleka**)  Sałata lodowa 10g  Polędwica sopocka 20g (zawiera **mleko**, **pszenica**, **seler**, **gorczyca**)  Papryka czerwona 20g  Herbata owocowa 200ml (herbata owocowa, cukier) | Zupa ogórkowa na wywarze warzywnym 250g (ziemniaki, ogórki kiszone, marchew, **seler**, pietruszka korzeń, natka pietruszki, śmietana (z **mleka**), przyprawy)   + chleb graham 30g (z **pszenicy**)  Ryż 140g  Chilli con carne 150g (łopatka wieprzowa, fasola czerwona, kukurydza, cebula, czosnek, olej rzepakowy, ser żółty (z **mleka**), passata pomidorowa, koncentrat pomidorowy, mąka **pszenna**, przyprawy)  Kompot wiśniowy 200ml (wiśnie, cukier) | Deser ala karpatka z kremem waniliowym  i truskawkami 200g (**mleko**, wanilia, mąka ziemniaczana, ptysie pszenne (zawiera **pszenica**, **jaja**), truskawki, cukier) |
| 24.04.2024  Środa | Czekoladowy budyń jaglany z malinami 250g (**mleko**, kasza jaglana, kakao prawdziwe, czekolada gorzka zaw. kakao min 70% (zawiera **orzechy**, **mleko**, **pszenica**), maliny, cukier)  Chleb żytni 30g (z **pszenicy**)  Masło 5g (z **mleka**)  Sałata zielona 10g  Wędlina drobiowa 20g (zawiera **mleko**, **pszenica**, **seler**, **gorczyca**)  Ogórek zielony 20g  Herbata owocowa 200ml (herbata owocowa, cukier) | Zupa rosół na wywarze mięsno-warzywnym 250g (makaron (zawiera **pszenica**, **jaja**), marchew, **seler**, pietruszka korzeń, cebula, por, natka pietruszki, czosnek, porcja rosołowa drobiowa, przyprawy)  Ziemniaki 120g (ziemniaki, masło (z **mleka**), sól)  Kotlet schabowy 80g (schab wieprzowy, bułka tarta (z **pszenicy**), olej rzepakowy, przyprawy)  Surówka z marchewką i jabłkiem 100g (marchew, jabłko, cytryna, cukier)  Lemoniada cytrusowa 200ml (cytryna, pomarańcza, mięta świeża, miód) | Kefir bananowo – brzoskwiniowy 250ml (kefir  (z **mleka**), banan, brzoskwinia) |
| 25.04.2024  Czwartek | Jajecznica ze szczypiorkiem 80g (**jaja**, szczypior, olej rzepakowy, przyprawy)  Chleb **pszenny** 30g  Masło 5g (z **mleka**)  Wędlina wieprzowa 20g (zawiera **mleko**, **pszenica**, **seler**, **gorczyca**)  Pomidorki koktajlowe 20g  Herbata czarna z cytryną 150ml (herbata czarna, cytryna, miód) /kawa zbożowa 150ml (**mleko**, kawa zbożowa (zawiera **pszenica**), cukier) | Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym 250g (ziemniaki, kalafior, brokuł, fasolka szparagowa, marchew, **seler**, pietruszka korzeń, natka pietruszki, masło (z **mleka**), śmietana (z **mleka**), przyprawy + chleb wieloziarnisty 30g (z **pszenicy**)  Kasza jęczmienna 120g (z **pszenicy**)  Potrawka z indyka z marchewką z groszkiem 150g (filet z piersi indyka, marchew, groszek, cebula, czosnek, natka pietruszki, szpinak, olej rzepakowy, mąka **pszenna**, śmietana (z **mleka**), przyprawy)  Kompot wieloowocowy 200ml (mieszanka wieloowocowa, cukier) | Cynamonka ok. 70g (mąka **pszenna**, **mleko**, **jaja**, drożdże, cynamon, masło  (z **mleka**), **mleko**, cukier waniliowy, cukier) + kakao 150ml (**mleko**, kakao prawdziwe) + jabłko 60g |
| 26.04.2024  Piątek | Płatki kukurydziane na mleku 250g (**mleko**, płatki kukurydziane)  Bagietka wieloziarnista 30g (z **pszenicy**)  Masło 5g (z **mleka**)  Twarożek ze szczypiorkiem 40g (ser biały (z **mleka**), jogurt naturalny  (z **mleka**), szczypior, przyprawy)  Rzodkiewka 20g  Herbata lipowa 200ml (herbata lipowa, miód) | Zupa pomidorowa na wywarze warzywnym z makaronem 250g (makaron (zawiera **pszenica**, **jaja**), marchew, **seler**, pietruszka korzeń, passata pomidorowa, pomidory, masło (z **mleka**), śmietana (z **mleka**), czosnek, bazylia świeża, przyprawy)  Ziemniaki 120g (ziemniaki, masło (z **mleka**), sól)  Filet rybny 80g (**miruna**, bułka tarta (z **pszenicy**), olej rzepakowy, przyprawy)  Surówka z kapusty kiszonej 100g (kapusta kiszona, marchew, natka pietruszki, jabłko, cebula, koper, olej rzepakowy, przyprawy)  Kompot porzeczkowy 200ml (porzeczki, cukier) | Bułka wieloziarnista z serem żółtym   i papryką 60g (bułka wieloziarnista (z **pszenicy**), masło (z **mleka**), ser żółty (z **mleka**), papryka czerwona)  + kompot porzeczkowy 150ml (porzeczki, cukier) |

Zastrzega się prawo do wprowadzenia zmian w jadłospisie z przyczyn obiektywnych.  
Sporządził: Zatwierdził: