**JADŁOSPIS ODDZIAŁY PRZEDSZKOLNE PSP2
29.04.2024-10.05.2024**

(Alergeny zostały **wyróżnione** na jadłospisie)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Data** | **Śniadanie** | **Obiad** | **Podwieczorek** |
| 29.04.2024Poniedziałek | Granola czekoladowa na mleku 250g (**mleko**, granola czekoladowa (zawiera **pszenica**, **jaja**, **orzechy**, **mleko**))Chleb żytni 30g (z **pszenicy**)Masło 5g (z **mleka**)Serek śmietankowy 20g (z **mleka**)Pomidor ze szczypiorkiem 30g (pomidor, szczypior, przyprawy)Herbata miętowa 200ml (herbata miętowa, miód) | Zupa kalafiorowa na wywarze warzywnym 250g (ziemniaki, kalafior, marchew, **seler**, pietruszka korzeń, natka pietruszki, masło (z **mleka**), śmietana (z **mleka**), przyprawy + chleb wieloziarnisty 30g (z **pszenicy**)Kluski leniwe z sosem truskawkowym i borówkami 250g (ser biały (z **mleka**), mąka **pszenna**, masło (z **mleka**), cukier waniliowy, jogurt naturalny (z **mleka**), truskawki, borówki, cukier)Napój herbaciany z cytryną 200ml (herbata czarna, cytryna, miód) | Bułka wieloziarnista z masłem, sałatą strzępiastą, wędliną wieprzową i papryką czerwoną ok. 100g (bułka wieloziarnista (z **pszenicy**), masło (z **mleka**), sałata strzępiasta, wędlina wieprzowa (zawiera **mleko**, **pszenica**, **seler**, **gorczyca**), papryka czerwona) + napój herbaciany z cytryną 150ml (herbata czarna, cytryna, miód) |
| 30.04.2024Wtorek | Waniliowy ryż na mleku 250g (**mleko**, ryż biały, wanilia, cukier)Bułka z sezamem 30g (zawiera **pszenica**, **sezam**)Masło 5g (z **mleka**)Sałata zielona 5gKiełbasa krakowska 20g (zawiera **mleko**, **pszenica**, **seler**, **gorczyca**)Ogórek zielony 20gHerbata owocowa 200ml (herbata owocowa, cukier) | Zupa krupnik na wywarze warzywnym 250g (ziemniaki, kasza jęczmienna (z **pszenicy**), marchew, **seler**, pietruszka korzeń, por, natka pietruszki, masło (z **mleka**), przyprawy)Spaghetti z sosem mięsno – warzywnym 250g (makaron (zawiera **pszenica**, **jaja**), łopatka wieprzowa, cebula, passata pomidorowa, pomidory, marchew, czosnek, ser mozzarella (z **mleka**), mąka **pszenna**, olej rzepakowy, przyprawy)Kompot porzeczkowy 200ml (porzeczki, cukier) | Maślanka jagodowa 250ml (maślanka (z **mleka**), jagoda, banan) |
| 06.05.2024Poniedziałek | Kasza manna na mleku 250g (**mleko**, kasza manna (z **pszenicy**))Chleb kukurydziany 30g (z **pszenicy**)Masło 5g (z **mleka**)Ser żółty 20g (z **mleka**)Ogórek kiszony 20gHerbata owocowa 200ml (herbata owocowa, cukier) | Zupa grochowa na wywarze warzywnym 250g (ziemniaki, groch, marchew, **seler**, pietruszka korzeń, natka pietruszki, masło (z **mleka**), czosnek, cebula, przyprawy) + chleb **pszenny** 30g Makaron z serem białym na słodko 250g (makaron (zawiera **pszenica**, **jaja**),ser biały (z **mleka**), cukier waniliowy, cukier)Woda z cytryną i miętą 200ml (woda, cytryna, mięta, miód) | Chałka pszenna z nutella własnej roboty z bananem 150g (chałka **pszenna**, masło **orzechowe**, banan, kakao prawdziwe, daktyle, czekolada gorzka min 70% (zawiera **orzechy**, **mleko**, **pszenica**), **mleko**, miód) + **mleko** 150ml |
| 07.05.2024Wtorek | Jajecznica na wędlinie drobiowej ze szczypiorkiem 90g (**jaja**, szczypior, wędlina drobiowa zawiera **mleko**, **pszenica**, **seler**, **gorczyca**), olej rzepakowy, przyprawy)Bagietka wieloziarnista 30g (z **pszenicy**)Masło 5g (z **mleka**)Sałatka z pomidora, awokado i mozzarelli 80g (pomidor, awokado, mozzarella (z **mleka**), oliwa z oliwek, przyprawy)Herbata czarna z cytryną 150ml (herbata czarna, cytryna, miód) /kawa zbożowa 150ml (**mleko**, kawa zbożowa (zawiera **pszenica**), cukier) | Zupa buraczkowa na wywarze warzywnym 250g (ziemniaki, buraki czerwone, marchew, **seler**, pietruszka korzeń, natka pietruszki, masło (z **mleka**), śmietana (z **mleka**), ocet winny, przyprawy) + chleb wieloziarnisty 30g (z **pszenicy**)Kasza jęczmienna pęczak 120g (z **pszenicy**)Gulasz wieprzowy 140g (łopatka wieprzowa, cebula, czosnek, olej rzepakowy, mąka **pszenna**, przyprawy)Ogórek małosolny 70gKompot wiśniowy 200ml (wiśnie, cukier) | Budyń waniliowy z wiśniami i herbatnikami 150g (**mleko**, mąka ziemniaczana, wanilia, wiśnie, herbatniki pszenne (zawiera **pszenica**, **jaja**, **orzechy**), cukier) |
| 08.05.2024Środa | Płatki owsiane na mleku z truskawkami 250g (**mleko**, płatki owsiane (z **pszenicy**), truskawki, miód)Bułka **pszenna** 30g Masło 5g (z **mleka**)Sałata lodowa 5g Polędwica sopocka 20g (zawiera **mleko**, **pszenica**, **seler**, **gorczyca**)Papryka czerwona 20gHerbata lipowa 200ml (herbata lipowa, miód) | 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)Filet z piersi kurczaka w płatkach kukurydzianych 100g (filet z piersi kurczaka, płatki kukurydziane, olej rzepakowy, przyprawy)Mizeria 100g (ogórek zielony, szczypior, śmietana (z **mleka**), przyprawy)Lemoniada 200ml (cytryna, pomarańcza, mięta świeża, miód) | Koktajl na kefirze z malinami 250ml (kefir (z **mleka**), maliny, miód) |
| 09.05.2024Czwartek | Parówka drobiowa 2szt (zawiera **mleko**, **pszenica**, **seler**, **gorczyca**)Ketchup 5g (z **selera**)Bagietka **pszenna** 30gMasło 5g (z **mleka**)Roszponka 5gPomidor 15gOgórek zielony 15gHerbata owocowa 150ml (herbata owocowa, cukier)/ kakao 150ml (**mleko**, kakao prawdziwe, 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 Leczo warzywne z kiełbaską 140g (cukinia, papryka czerwona, pieczarki, kiełbasa podwawelska (zawiera **mleko**, **pszenica**, **seler**, **gorczyca**), olej rzepakowy, cebula, czosnek, olej rzepakowy, pomidory, passata pomidorowa, przyprawy)Kompot owoce leśne 200ml (jagoda, malina, truskawka, cukier) | Ciasteczka czekoladowe owsiane własnej roboty ok. 50g (banan, masło **orzechowe**, kakao, **jaja**, płatki owsiane (z **pszenicy**) + **mleko** 150ml |
| 10.05.2024Piątek | Placuszki na kefirze z owocami i czekoladą ok. 150g (kefir (z **mleka**), mąka **pszenna**, **jaja**, masło (z **mleka**), cukier waniliowy, czekolada gorzka zaw. kakao min 70% (zawiera **pszenica**, **orzechy**, **jaja**), banan, kiwi, malina)Kakao 200ml (**mleko**, kakao prawdziwe) | 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)Kotlet rybny 80g (**miruna**, cebula, czosnek, **jaja**, bułka tarta (z **pszenicy**), natka pietruszki, olej rzepakowy, przyprawy)Surówka z kapusty kiszonej 100g (kapusta kiszona, marchew, cebula, jabłko, natka pietruszki, olej rzepakowy, przyprawy)Kompot wieloowocowy 200ml (mieszanka wieloowocowa, cukier) | Rogal wieloziarnisty z serem żółtym  i ogórkiem zielonym 60g (rogal wieloziarnisty (z **pszenicy**), masło (z **mleka**), ser żółty (z **mleka**), ogórek zielony) + kompot wieloowocowy 200ml (mieszanka wieloowocowa, cukier) |

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