

# Jadłospis przedszkole

Dzień: 1 - Poniedziałek, 2019-10-14

## I śniadanie

1. **Kawa inka 150g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten)**
2. **Chleb baltonowski krojony 50g (Zboża zawierające gluten)**
3. **Połędwica z kurcząt 20g (Mleko, łącznie z laktozą, Gorczyca i produkty pochodne)**
4. Pomidor 40g
5. Ogórek 40g
6. Papryka czerwona 20g
7. Kiełki rzodkiewki s 6g
8. **Masło ekstra 82% łowickie 6g (Mleko, łącznie z laktozą)**

## II śniadanie

1. **Zupka amerykańska 200g (Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten, Seler i produkty pochodne)**
2. **Jogurt naturalny 2% tłuszczu 100g (Mleko, łącznie z laktozą)**

## obiad

1. **Naleśniki 200g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten)**
2. Dżem łowicz 100% brzoskwinia 40g
3. Kompot z truskawką 150g

Dzień: 2 - Wtorek, 2019-10-15

## I śniadanie

1. **Płatki ryżowe błyskawiczne na mleku 2% 150g (Mleko, łącznie z laktozą)**
2. **Pieczywo pszenno-żytnie 50g (Zboża zawierające gluten)**
3. **Masło ekstra 82% łowickie 6g (Mleko, łącznie z laktozą)**
4. Ogórek 50g ,Sałata 10g , Rzodkiewka 20g
5. Pomidor 40g
6. Herbata owocowa 150g
7. **Schab na jasno wędzony 10g (Mleko, łącznie z laktozą, Seler i produkty pochodne, Gorczyca i produkty pochodne)**

## II śniadanie

1. **Zupa z fasolki szparagowej 200g (Mleko, łącznie z laktozą, Seler i produkty pochodne, Dwutlenek siarki i siarczyny)**

## Obiad

1. **Makaron pełnoziarnisty bezjajeczny 130g (Zboża zawierające gluten)**
2. **Sos jogurtowo- truskawkowy 100g (Mleko, łącznie z laktozą)**
3. Kompot z owoców mieszanych 150g

**Dzień: 3 - Środa, 2019-10-16**

**I śniadanie**

1. Mus malinowy 30g
2. **Kasza manna na mleku 2% tłuszczu 150g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten)**
3. **Chleb baltonowski krojony 50g (Zboża zawierające gluten)**
4. **Ser żółty gouda 10g (Mleko, łącznie z laktozą)**
5. Papryka czerwona 20g
6. Pomidor 20g
7. Rzodkiewka 10g , Sałata 5g
8. Herbata rooibons 150g
9. **Masło ekstra 82% łowickie 6g (Mleko, łącznie z laktozą)**
10. **Jaja gotowane 20g (Jaja i produkty pochodne)**

**II śniadanie**

1. **Zupka pieczarkowa 200g (Mleko, łącznie z laktozą, Seler i produkty pochodne)**

**Obiad**

1. **Gulasz z indyka 100g (Mleko, łącznie z laktozą, Dwutlenek siarki i siarczyny)**
2. **Kasza kuskus 80g (Zboża zawierające gluten)**
3. **Surówka z marchwi i jabłek z jogurtem 100g (Mleko, łącznie z laktozą)**
4. Kompot z owoców mieszanych 150g

**Dzień: 4 - Czwartek, 2019-10-17**

**I śniadanie**

1. **Kakao naturalne na mleku 2% z cukrem 150g (Mleko, łącznie z laktozą)**
2. **Bulki mieszane z ziarnami 50g (Jaja i produkty pochodne, Soja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten, Nasiona sezamu i produkty pochodne)**
3. **Masło ekstra 82% łowickie 6g (Mleko, łącznie z laktozą)**
4. Kielbasa krakowska sucha 20g
5. Ogórek 40g
6. Sałata 10g
7. Rzodkiewka 40g
8. Pomidor 40g

**II śniadanie**

1. **Zupa grochówka 200g (Mleko, łącznie z laktozą, Seler i produkty pochodne, Dwutlenek siarki i siarczyny)**
2. Bułka z serem (40g)

**Obiad**

1. **Mięsko drobiowe w sosie z warzywami 100g (Mleko, łącznie z laktozą, Seler i produkty pochodne, Dwutlenek siarki i siarczyny)**
2. **Makaron pióra lubella penne 80g (Zboża zawierające gluten)**
3. Kompot owocowy z porzeczką czarną 150g

**Dzień: 5 - Piątek, 2019-10-18**

**I śniadanie**

1. **Kasza kukurydziana na mleku 2% 150g (Mleko, łącznie z laktozą)**
2. Mus jagodowy 30g
3. **Bułki mieszane z ziarnami 50g (Jaja i produkty pochodne, Soja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten, Nasiona sezamu i produkty pochodne)**
4. **Ser twarogowy naturalny 30g (Mleko, łącznie z laktozą)**
5. **Masło ekstra 82% 6g (Mleko, łącznie z laktozą)**
6. **Filet wiśniowy z indyka 10g (Mleko, łącznie z laktozą, Soja i produkty pochodne, Seler i produkty pochodne, Gorczyca i produkty pochodne)**
7. Melisa 150g
8. Pomidor 40g, Szczypiorek 2g, Sałata 5g, Kielki rzodkiewki 5g
9. Rzodkiewka 20g

**II śniadanie**

1. **Zupka włoska 200g (Mleko, łącznie z laktozą, Seler i produkty pochodne, Dwutlenek siarki i siarczyny)**

**Obiad**

1. **Miruna filety panierowane smażone w jajku i bulce 80g (Jaja i produkty pochodne, Ryba, Zboża zawierające gluten, Dwutlenek siarki i siarczyny)**
2. **Ziemniaki późne z koperkiem i mlekiem 100g (Mleko, łącznie z laktozą)**
3. Surówka z kapusty białej z marchewką 100g
4. Kompot z truskawką 150g

**Dzień: 6 - Poniedziałek, 2019-10-21**

**I śniadanie**

1. **Kakao naturalne na mleku 2% z cukrem 150g (Mleko, łącznie z laktozą)**
2. **Bułki mieszane z ziarnami 50g (Jaja i produkty pochodne, Soja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten, Nasiona sezamu i produkty pochodne)**
3. **Masło ekstra 82% 6g (Mleko, łącznie z laktozą)**
4. **Szynka Juhasówka 20g (Jaja i produkty pochodne, Soja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten, Seler i produkty pochodne, Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne, Nasiona sezamu i produkty pochodne, Gorczyca i produkty pochodne)**
5. Pomidor 10g, Sałata 6g, Rzodkiewka 10g, Ogórek 20g

**II śniadanie**

1. **Zupa brokułowa zabieleną 200g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten, Seler i produkty pochodne)**

**Obiad**

1. **Kluski śląskie 150g (Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten)**
2. **Potrawka z kurczaka 80g (Mleko, łącznie z laktozą)**
3. **Surówka z marchewki i pora z jogurtem 100g (Mleko, łącznie z laktozą)**
4. Kompot owocowy z porzeczką czarną 150g

**Dzień: 7 - Wtorek, 2019-10-22**

**I śniadanie**

1. **Kasza kuskus na mleku 2% tłuszczu 150g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten)**
2. **Bulki mieszane z ziarnami 50g (Jaja i produkty pochodne, Soja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten, Nasiona sezamu i produkty pochodne)**
3. **Masło ekstra 82% łowickie 6g (Mleko, łącznie z laktozą)**
4. **Szynka z liściem 20g (Soja i produkty pochodne, Seler i produkty pochodne)**
5. **Ser topiony lactima 40g (Mleko, łącznie z laktozą)**
6. Pomidor 40g ,Ogórek 20g,Salata 5g
7. Rzodkiewka 20g
8. Herbata czarna bez cukru 150g

**II śniadanie**

1. **Zupka ogórkowa 200g (Mleko, łącznie z laktozą, Seler i produkty pochodne, Mleko, bez laktozy)**
2. **Jogurt „Piątuś „, 150g (mleko łącznie z laktozą)**

**Obiad**

1. **Risotto z kurczakiem i warzywami 250g (Seler i produkty pochodne)**
2. **Kompot owocowy z porzeczką czarną 150g**

**Dzień: 8 - Środa, 2019-10-23**

**I śniadanie**

1. **Makaron literki 5-jajeczny czaniecki 150g (Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten)**
2. **Bulki i rogalce maślane 50g (Zboża zawierające gluten)**
3. **Masło ekstra 82% łowickie 6g (Mleko, łącznie z laktozą)**
4. **Serek Juliko waniliowy 40g (Mleko, łącznie z laktozą)**
5. Dżem 100% truskawka 50g
6. Mięta 150g

**II śniadanie**

1. **Zupka kalafiorowa 200g (Mleko, łącznie z laktozą, Seler i produkty pochodne)**

**Obiad**

1. **Pulpeciki drobiowe w sosie pomidorowym 100g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten, Dwutlenek siarki i siarczyny)**
2. **Ziemniaki późne z koperkiem i mlekiem 100g (Mleko, łącznie z laktozą)**
3. **Surówka z kapusty pekińskiej 100g**
4. **Kompot z truskawką 150g**

**Dzień: 9 - Czwartek, 2019-10-24**

**I śniadanie**

1. **Kawa inka na mleku 2% z cukrem 150g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten)**
2. **Pieczywo pszenno-żytnie 50g (Zboża zawierające gluten)**
3. **Masło ekstra 82% łowickie 6g (Mleko, łącznie z laktozą)**
4. **Jaja gotowane 2016 40g (Jaja i produkty pochodne)**
5. **Sos jogurtowy ziołowy 30g (Mleko, łącznie z laktozą)**
6. **Ser gouda z dziurami mlekovita 10g (Mleko, łącznie z laktozą)**

**II śniadanie**

1. **Zupa pieczarkowa z makaronem i wkładką mięsną zabelana 200g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten, Seler i produkty pochodne)**

**Obiad**

1. **Naleśniki 150g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten)**
2. **Dżem brzoskwiniowy niskosłodzony 10g**
3. **Salatka owocowa 50g**
4. **Sos jogurtowo- malinowy 150g (Mleko, łącznie z laktozą)**
5. **Kompot owocowy 150g**

**Dzień: 10 - Piątek, 2019-10-25**

**I śniadanie**

1. **Płatki ryżowe błyskawiczne na mleku 2% 150g (Mleko, łącznie z laktozą)**
2. **Bułki mieszane z ziarnami 50g (Jaja i produkty pochodne, Soja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten, Nasiona sezamu i produkty pochodne)**
3. **Ser żółty gouda warmia 10g (Mleko, łącznie z laktozą)**
4. **Masło ekstra 82% łowickie 6g (Mleko, łącznie z laktozą)**
5. **Pierś delikatna z kurnej półki 20g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne, Soja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten, Seler i produkty pochodne, Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne, Nasiona sezamu i produkty pochodne, Gorczyca i produkty pochodne)**
6. **Papryka czerwona 40g**
7. **Ogórek 40g, Sałata 10g, Rzodkiewka 20g**
8. **Herbata owocowa 150g**

**II śniadanie**

1. **Zupka pomidorowa z ryżem parabolicznym 200g (Mleko, łącznie z laktozą, Seler i produkty pochodne)**
2. **Jabłko 100g**

**Obiad**

1. **Ryba w cieście 100g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne, Ryba, Zboża zawierające gluten, Dwutlenek siarki i siarczyny)**
2. **Surówka z ogórków kiszonych z marchewką i cebulką 100g**
3. **Ziemniaki późne z koperkiem i mlekiem 100g (Mleko, łącznie z laktozą)**
4. **Kompot owocowy z porzeczką czarną 150g**

