

## Jadłospis 08-12,01-przedszkole

 **08.01.2024 Poniedziałek**  
I Śniadanie

### Kanapka z szynką z indyka i zieloną sałatą

Składniki: chleb **pszemno-żytni**, szynka z indyka, masło ekstra (**mleko**), sałata

### Kawa zbożowa na mleku

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kawa zbożowa (**żyto**, **jęczmień**)

Obiad

### Zupa ogórkowa

Składniki: woda, ziemniaki, ogórek kiszony, marchew, skrzydło indyka, pietruszka, korzeń, por, **seler** korzeniowy, Śmietana 18% (**mleko**), koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

### Pierogi z serem i jogurtem naturalnym

Składniki: pierogi z serem (**pszemnica**, **jajka**), jogurt naturalny, 2% tłuszczu (**mleko**), cukier

### Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

### Kabanosy z pieczywem i warzywami

Składniki: kabanosy, chleb **pszenny**, pomidor, ogórek kiszony, masło ekstra (**mleko**)

### Bawarka

Składniki: woda, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, herbata czarna

Jabłko

 **09.01.2024 Wtorek**  
I Śniadanie

### Platki owsiane na mleku

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, płatki **owsiane**

### Kanapka z dżemem truskawkowym

Składniki: chleb **pszemno-żytni**, dżem truskawkowy, niskosłodzony, masło ekstra (**mleko**)

Obiad

### Zupa brokułowa na wywarze warzywnym

Składniki: woda, brokuly, ziemniaki, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, Śmietana 18% (**mleko**), koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, kmin rzymski, czosnek niedźwiedzi suszony

### Kotlet schabowy

Składniki: wieprzowina schab surowy bez kości, bułka tarta (**pszemnica**), olej rzepakowy, **jajka** kurze całe

### Ziemniaki gotowane

Składniki: ziemniaki, sól biała

### Marchewka gotowana z masłem

Składniki: marchew, mrożona, masło ekstra (**mleko**)

### Kompot z owoców mieszanych

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

### Kanapka z serem i pomidorem

Składniki: chleb **pszemno-żytni**, ser gouda tłusty (**mleko**), pomidor, masło ekstra (**mleko**)

### Herbata rooibos

Składniki: herbata rooibos, woda, cukier

### owoc ( np. jabłko, gruszka, mandarynka itp.)

 **10.01.2024 Środa**  
I Śniadanie

### Parówki z szynki , pieczywo z masłem, ogórkiem i papryką

Składniki: parówki z szynki (**gorczyca**), chleb **pszenny**, ogórek, papryka czerwona, keczup, masło ekstra (**mleko**)

### Kawa zbożowa na mleku

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kawa zbożowa (**żyto**, **jęczmień**)

Obiad

### Zupa koperkowa na wywarze warzywnym

Składniki: woda, ziemniaki, marchew, Śmietana 18% (**mleko**), pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, koperek, por, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

### Łazanki z kapustą kiszoną i wieprzowym mięsem mielonym

Składniki: makaron **pszenny** bezjajeczny, wieprzowina łopatką, kapusta kiszona, cebula, olej rzepakowy

### Ogórek kiszony

### Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

### Chałka z serkiem śmietankowym

Składniki: chałki **pszemne**, serek śmietankowy (**mleko**)

### Kakao

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kakao 16%, proszek, cukier

### Mix bakalii

Składniki: **migdały**, Żurawina suszona

Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez **podkreślenie**.

 **11.01.2024 Czwartek**  
I Śniadanie

### Kasza manna na mleku

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kasza manna (**pszemnica**)

### Kanapka z dżemem morelowym

Składniki: chleb **żytni** jasny, dżem morelowy, niskosłodzony, masło ekstra (**mleko**)

Obiad

### Zupa fasolowa z ziemniakami

Składniki: woda, ziemniaki, fasola biała, nasiona suche, marchew, boczek wędzony bez kości, kurczak, tuszka, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, Zeberka wieprzowe wędzone, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

### Pulpety gotowane z piersi kurczaka w sosie koperkowym, kasza jęczmienna, surówka, marchewki i

**jabłka**

Składniki: marchew, mięso z piersi kurczaka, bez skóry, kasza **jęczmienna**, perłowa, koperek, Śmietana 12% (**mleko**), **jajka** kurze całe, cebula, mąka **pszemna**, typ 450, bułki **pszemne** zwykłe, jabłko, olej rzepakowy

### Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

### Bułeczki drożdżowe z nadzieniem serowym (pszemnica, mleko)

### Herbata owocowa

Składniki: woda, cukier, herbata owocowa

### owoc ( np. jabłko, gruszka, mandarynka itp.)

 **12.01.2024 Piątek**  
I Śniadanie

### Jajecznicza na mleku

Składniki: **jajka** kurze całe, **mleko** krowie, 2% tłuszczu

### Kanapka z masłem i ogórkiem

Składniki: chleb **żytni** jasny, ogórek, masło ekstra (**mleko**)

### Herbata rumiankowa

Składniki: woda, cukier, herbata rumiankowa

Obiad

### Zupa pieczarkowa z ziemniakami

Składniki: woda, ziemniaki, pieczarki świeże, marchew, Śmietana 18% (**mleko**), pietruszka, korzeń, por, **seler** korzeniowy, udo z kurczaka, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

### Halibut pieczony

Składniki: **halibut** biały świeży, olej rzepakowy

### Ziemniaki gotowane

Składniki: ziemniaki, sól biała

### Surówka z białej kapusty Coleslaw

Składniki: kapusta biała, marchew, majonez (**jajka**, **gorczyca**), koperek

### Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

### Salatka owocowa

Składniki: jabłko, pomarańcza, winogrona bez pestek, Śliwki, banan, gruszka, cytryna, mięta

### Bułki i rogałe-pszemne maślane