

## Jadłospis 19-23.02- Przedszkole

 **19.02.2024 Poniedziałek**  
I Śniadanie

### Płatki 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 jarzynowa

Składniki: woda, zupa jarzynowa, mrożona, ziemniaki, marchew, mięso z ud kurczaka, bez skóry, pietruszka,

korzeń, **seler** korzeniowy, por, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

### Krokiety z mięsem

Składniki: wieprzowina łopatka, **mleko** krowie, 3,5% tłuszczu, mąka **pszenna** typ 500, z witaminami; ~~jaja~~ kurze całe, olej rzepakowy, cebula, bułka tarta (~~pszenica~~), **sezam**, nasiona, masło ekstra (~~mleko~~), czosnek

### Salata lodowa z jogurtem naturalnym

Składniki: salata, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (~~mleko~~)

### Lemoniada

### Owocowa przekąska

Składniki: owoc ( np. jabłko, gruszka, mandarynka itp.)

## Podwieczorek

### Kabanosy z pieczywem i warzywami

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

### Kawa zbożowa na mleku

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

 **20.02.2024 Wtorek**  
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**)

### Kakao

Składniki: **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, kakao 16%, proszek

## Obiad

### Krem z białych warzyw na wywarze Barszcz ukraiński na wywarze warzywnym z nasionami słonecznika

Składniki: woda, kalafior, ziemniaki, marchew, **seler** korzeniowy, pietruszka, korzeń, por, Śmietana 18% (**mleko**), słonecznik, nasiona, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, gałka muszkatołowa, tymianek

### Ziemniaki gotowane

Składniki: ziemniaki, sól biała

### Kotlet schabowy

Składniki: wieprzowina schab surowy bez kości, bułka tarta (**pszenica**), olej rzepakowy; ~~jaja~~ kurze całe

### Mizeria z jogurtem naturalnym

Składniki: ogórek, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (~~mleko~~)

### kompot

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

## Podwieczorek

### Moktajl bananowy na jogurcie

Składniki: jogurt naturalny, 2% tłuszczu (~~mleko~~), banan

### Chałka z masłem

Składniki: chałki **pszenne**, masło ekstra (~~mleko~~)

 **21.02.2024 Środa**  
I Śniadanie

### Kakao

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

### Kanapka z serem i pomidorem

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

## Obiad

### Barszcz ukraiński na wywarze warzywnym

Składniki: woda, burak, ziemniaki, marchew, kapusta biała, Śmietana 18% (**mleko**), fasola biała, nasiona suche, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, koncentrat pomidorowy, 30%, natka pietruszki, sól biała, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy

### Pampuchy

Składniki: mąka **pszenna**, typ 450; ~~mleko~~ krowie, 2% tłuszczu, **jaja** kurze całe, Żółtko ~~jaja~~ kurzego, masło ekstra (**mleko**), cukier, drożdże piekarskie, prasowane, sól biała

### Mus ze świeżych truskawek własnego wyrobu

Składniki: truskawki

### Kompot jabłkowy

Składniki: woda, jabłko, cukier

## Podwieczorek

### Tosty z serem, szynką i pomidorem

Składniki: pieczywo tostowe, z ~~pszenicy~~ graham, ser gouda tłusty (**mleko**), szynka kanapkowa, pomidor, masło ekstra (**mleko**), keczup

### Bawarka

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

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

 **22.02.2024 Czwartek**  
I Śniadanie

### Bułka grahamka z szynką z indyka ogórkiem kiszonym

Składniki: bułki ~~pszenne~~ grahamki, ogórek kiszony, szynka z indyka, masło ekstra (**mleko**)

### Kawa zbożowa na mleku

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

## Obiad

### Barszcz biały na wywarze warzywnym

Składniki: woda, kiełbasa biała parzona, ziemniaki, marchew, Śmietana 18% (**mleko**), zakwas na żurek (~~żyto~~), pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, cebula, sól biała, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy

### Ryż biały, gotowany

### Udko z kurczaka duszone w sosie pieczarkowo- pietruszkowym

Składniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry, pieczarki świeże, cebula, olej rzepakowy, natka pietruszki

### Marchewka gotowana z masłem

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

### Kompot jabłkowy

Składniki: woda, jabłko, cukier

## Podwieczorek

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

### Napój mleczny kakaowy

 **23.02.2024 Piątek**  
I Śniadanie

### Jajko gotowane

Składniki: **jaja** kurze całe

### Kanapka z pieczywa graham z masłem i ogórkiem

Składniki: chleb **pszenny** graham, ogórek, masło ekstra (**mleko**)

### Bawarka

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

## Obiad

### Zupa pomidorowa z makaronem

Składniki: woda, passata pomidorowa, marchew,

makaron **pszenny** bezjajeczny, Śmietana 12% (~~mleko~~), skrzydło indyka, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, koncentrat pomidorowy, 30%, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

### Frytki warzywne pieczone

Składniki: ziemniaki, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, olej rzepakowy, rozmaryn suszony

### Filet z miruny panierowany

Składniki: **miruna** świeża, filety bez skóry; ~~jaja~~ kurze całe, olej rzepakowy, bułka tarta (**pszenica**), mąka ~~pszenna~~, typ 450

### Surówka z białej kapusty Colesław

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

### Kompot wieloowocowy z porzeczką

Składniki: Śliwki bez pestek, mrożone, truskawki, mrożone, wiśnie bez pestek, mrożone, cukier, porzeczki czarne, mrożone

## Podwieczorek

### Kisiel truskawkowy do picia

Składniki: woda, truskawki, skrobia ziemniaczana

### Herbatniki (pszenica, mleko)

### Owocowa przekąska

Składniki: owoc ( np. jabłko, gruszka, mandarynka itp.)

### Mix bakalii

Składniki: **migdały**, Żurawina suszona