

Intendent**pro** Jadłospis 08-12 kwiecień- Przedszkole

📅 **08.04.2024** **Poniedziałek**

I Śniadanie

Płatki owsiane na mleku

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

Kanapka z sałatą, szynką wieprzową i ogórkiem świeżym

Składniki: chleb **pszemno-żytni**, szynka wieprzowa, gotowana, ogórek, masło ekstra (**mleko**), sałata

Obiad

Kapuśniak z kiszonej kapusty z ziemniakami

Składniki: woda, ziemniaki, kapusta kiszona, marchew, wieprzowina boczek bez kości, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, kurczak, tuszka, cebula, czosnek, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Kotlet pożarski

Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, olej rzepakowy, **jaja** kurze całe, bułki **pszenne** zwykłe, bułka tarta (**pszenica**), natka pietruszki, sól biała, pieprz

Ryż biały, gotowany

Fasolka szparagowa z wody, z masłem i bułką tartą

Składniki: fasolka szparagowa, mrożona, bułka tarta (**pszenica**), masło ekstra (**mleko**)

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Smoothie z mango, kiwi, z mlekiem owsianym i orzechami laskowymi

Składniki: **mleko owsiane**, mango, kiwi, **migdały**, miód pszczeli

Wafle ryżowe

📅 **09.04.2024** **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**)

Bawarka

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

Obiad

Krupnik ryżowy

Składniki: woda, ziemniaki, marchew, mięso z ud kurczaka, bez skóry, ryż biały, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Bitki z szynki wieprzowej w sosie własnym z kluskami śląskimi

Składniki: ziemniaki, wieprzowina szynka surowa, woda, skrobia ziemniaczana, cebula, olej rzepakowy, **jaja** kurze całe, mąka **pszenna**, typ 450, sól biała, pieprz

Sałata lodowa z jogurtem naturalnym

Składniki: sałata, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (**mleko**)

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Racuchy drożdżowe z jabłkami

Składniki: mąka **pszenna**, typ 450, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, jabłko, **jaja** kurze całe, drożdże piekarskie, prasowane

Kawa zbożowa na mleku

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

📅 **10.04.2024** **Środa**

I Śniadanie

Bułka paryska z serem żółtym i świeżym ogórkiem

Składniki: bułka paryska (angielka) (**pszenica**), ser gouda tłusty (**mleko**), ogórek, masło ekstra (**mleko**)

Kakao

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

Obiad

Zupa szczawiowa z ziemniakami i jajkiem

Składniki: woda, ziemniaki, szczaw konserwowy, **jaja** kurze całe, marchew, Śmietana 12% (**mleko**), pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, mięso z ud kurczaka, bez skóry, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

NALEŚNIKI z serem białym , jogurtem i truskawkami

Składniki: ser twarogowy półtłusty (**mleko**), **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (**mleko**), mąka **pszenna**, typ 450, truskawki, mrożone, **jaja** kurze całe, cukier, olej rzepakowy, miód pszczeli

Kompot gruszkowy

Składniki: woda, gruszka

Podwieczorek

Sałatka meksykańska

Składniki: ser gouda tłusty (**mleko**), fasola czerwona, konserwowa, bez zalewy, ananas, papryka czerwona, konserwowa, czosnek, sól biała, pieprz, lubczyk suszony

Bawarka

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

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

📅 **11.04.2024** **Czwartek**

I Śniadanie

Kasza manna na mleku

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

Bułka grahamka z szynką z kurczaka i sałatą

Składniki: bułki **pszenne** grahamki, szynka z piersi kurczaka, masło ekstra (**mleko**), sałata

Bawarka

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

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

Kotlet schabowy

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

Ziemniaki gotowane

Składniki: ziemniaki, sól biała

Mizeria ze śmietaną

Składniki: ogórek, Śmietana 18% (**mleko**), koperek, cytryna

Kompot jabłkowo- agrestowy

Składniki: woda, jabłko, agrest, cukier

Podwieczorek

Strucla z cynamonem

Składniki: mąka **pszenna**, typ 450, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, woda, **jaja** kurze całe, margaryna twarda, 80% tłuszczu, z witaminami a i d, cynamon, cukier, cukier z prawdziwą wanilią, sól biała, drożdże piekarskie, prasowane

Kawa zbożowa na mleku

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

📅 **12.04.2024** **Piątek**

I Śniadanie

Frittata

Składniki: **jaja** kurze całe, ser gouda tłusty (**mleko**), papryka czerwona, pomidor, masło klarowane (**mleko**), szczypiorek, sól biała, pieprz

Kanapka z masłem i ogórkiem

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

Kakao

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

Obiad

Zupa botwinkowa z ziemniakami

Składniki: woda, botwinka, ziemniaki, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, udo z kurczaka, Śmietana 12% (**mleko**), sól biała, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy

Makaron z łososiem, szpinakiem w sosie śmietanowym

Składniki: **Łosoś** świeży, szpinak, mrożony, makaron **pszenny** bezjajeczny, Śmietana 18% (**mleko**), cebula, olej rzepakowy, czosnek, sól biała, pieprz

Lemoniada

Podwieczorek

Galaretka owocowa z brzoskwinią i jogurtem greckim

Składniki: woda, brzoskwinia, jogurt grecki (**mleko**), galaretka owocowa, w proszku

Chrupki kukurydziane

Biszkopty lady fingers (**pszenica**, **jajka**)

Herbata bukiet ziół