

## Intendent**pro** Jadłospis 22-26 kwiecień 2024- Przedszkole

📅 **22.04.2024** **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

#### Barszcz biały z ziemniakami na wywarze warzywnym

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

#### 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

#### Brokuł na parze

Składniki: brokuły, mrożone

#### Kompot jabłkowy

Składniki: woda, jabłko

### Podwieczorek

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

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

#### Wafle ryżowe

📅 **23.04.2024** **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

#### Zupa kalafiorowa

Składniki: woda, kalafior, marchew, ziemniaki, mięso z ud kurczaka, bez skóry, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, Śmietana 18% (**mleko**), 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**)

📅 **24.04.2024** **Środa**

### I Śniadanie

#### Bułka grahamka z mozzarellą i pomidorem

Składniki: bułki **pszenne** grahamki, ser mozzarella (**mleko** ), pomidor, masło ekstra (**mleko**)

#### Kakao

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

### 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

#### 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

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

#### Woda z cytryną

Składniki: woda, cytryna

### Podwieczorek

#### Sałatka z makaronem i szynką

Składniki: makaron **pszenny** dwujączny, papryka czerwona, ogórek, szynka kanapkowa, kukurydza, konserwowa, majonez (**jajka**, **gorczyca**), jogurt naturalny, 2% tłuszczu (**mleko**), musztarda (**gorczyca**), szczypiorek, koperek, ogórek konserwowy (**gorczyca**)

#### Bawarka

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

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

📅 **25.04.2024** **Czwartek**

### I Śniadanie

#### Kasza manna na mleku

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

#### Kanapka z masłem papryką i ogórkiem

Składniki: chleb **pszemno-żytni**, papryka czerwona, ogórek, masło ekstra (**mleko**)

#### Schab pieczony z czosnkiem i majerankiem- wędlina własnego wyrobu

Składniki: wieprzowina schab surowy bez kości, czosnek, pieprz, majeranek, olej rzepakowy

### Obiad

#### Rosół drobiowo- wołowy z lanymi kluskami

Składniki: woda, marchew, **jaja** kurze całe, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, mięso ze skrzydeł indyka, bez skóry, mąka **pszenna**, typ 450, mięso z ud kurczaka, bez skóry, wołowina szponder, 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 z koperkiem

Składniki: ziemniaki, koperek

#### Surówka z kapusty kiszonej z marchewką i natką pietruszki

Składniki: kapusta kiszona, marchew, olej rzepakowy, natka pietruszki, cukier

#### Kompot gruszkowy

Składniki: woda, gruszka

### 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

#### Kakao

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

📅 **26.04.2024** **Piątek**

### I Śniadanie

#### Jajko sadzone

Składniki: **jaja** kurze całe, olej rzepakowy

#### Kanapka z masłem i ogórkiem

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

#### Kawa zbożowa na mleku

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

### Obiad

#### Zupa buraczkowa na wywarze warzywnym

Składniki: woda, burak, ziemniaki, cebula, marchew, Śmietana 18% (**mleko**), pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, sok ze świeżej cytryny, por, olej rzepakowy, czosnek, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

#### Makaron z łososiem, szpinakiem w sosie śmietanowym

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

#### Ogórek konserwowy (**gorczyca**)

#### Lemoniada

### Podwieczorek

#### Galaretka owocowa z brzoskwinią i jogurtem greckim

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

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