

Intendent**pro**

## Jadłospis 06-10 kwietnia-Przedszkole

 **06.05.2024 Poniedziałek**  
I Śniadanie

### Kanapka z sałatą, szynką wieprzową i ogórkiem świeżym

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

### Płatki owsiane na mleku

Składniki: ~~mleko~~ krowie, 2% tłuszczu, płatki~~–owsiane~~

Obiad

### Barszcz biały z ziemniakami na wywarze warzywnym

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

### NALEŚNIKI z serem białym , jogurtem i truskawkami

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

### Kompot jabłkowy

Składniki: woda, jabłko

Podwieczorek

### Tost francuski

Składniki: ~~jaja~~ kurze całe, pieczywo tostowe, z~~–pszenicy~~ graham, ~~mleko-owsiane~~,~~–mleko~~ krowie, 2% tłuszczu, miód pszczeli

### Bawarka

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

 **07.05.2024 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, pietruszka, korzeń, ~~sele~~r korzeniowy, Śmietana 18% (~~mleko~~), mięso z ud kurczaka, bez skóry, 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~~)

 **08.05.2024 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, ~~sele~~r korzeniowy, Śmietana 18% (~~mleko~~), koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

### Zapiekanka penne z brokułami

Składniki: brokuły, makaron penne (~~pszenica~~), Śmietana 12% (~~mleko~~), ser mozzarella (~~mleko~~), Śmietanka 30% ( ~~mleko~~), masło ekstra (~~mleko~~), bazylia suszona, oregano suszone, majeranek, sól biała

### Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier


### Woda z cytryną

Składniki: woda, cytryna

Podwieczorek

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

Składniki: ~~mleko-owsiane~~, mango, kiwi,~~–migdały~~, miód pszczeli

 **09.05.2024 Czwartek**  
I Śniadanie

### Kasza manna na mleku

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

### Kanapka z dżemem truskawkowym

Składniki: chleb ~~pszenno-żytni~~, dżem truskawkowy, niskosłodzony, masło ekstra (~~mleko~~)

Obiad

### Rosół drobiowo- wołowy z lanymi kluskami

Składniki: woda, marchew, ~~jaja~~ kurze całe, pietruszka, korzeń, ~~sele~~r 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~~),~~–jaja~~ kurze całe, olej rzepakowy

### Ziemniaki z koperkiem

Składniki: ziemniaki, koperek

### Mizeria z jogurtem naturalnym

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

### Kompot z owoców mieszanych

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, 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

### Bawarka

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

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

 **10.05.2024 Piątek**  
I Śniadanie

### Serek wiejski (~~mleko~~)

### Miód pszczeli

### Kanapka z masłem

Składniki: chleb ~~pszenno-żytni~~, masło ekstra (~~mleko~~)

### Truskawki

Obiad

### Zupa botwinkowa z ziemniakami

Składniki: woda, botwinka, ziemniaki, marchew,

pietruszka, korzeń, ~~sele~~r korzeniowy, por, udo z kurczaka, Śmietana 12% (~~mleko~~), sól biała, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy

### Filet z miruny panierowany

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

### Frytki warzywne pieczone

Składniki: ziemniaki, marchew, pietruszka, korzeń, ~~sele~~r korzeniowy, olej rzepakowy, rozmaryn suszony

### Surówka z kapusty pekińskiej, z marchewką, kukurydzą i jogurtem greckim

Składniki: kapusta pekińska, marchew, jogurt grecki (

~~mleko~~), kukurydza, mrożona, cebula, koperek

### Sok pomarańczowy 100% Podwieczorek

### Galaretka owocowa z brzoskwinią i jogurtem greckim

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

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

### Woda z cytryną

Składniki: woda, cytryna