

	JADŁOSPIS DZIENNY	MAJ
	PRZEDSZKOLE PUBLICZNE W SKIDZINIU	20.05-24.05.2024r.

1. ŚNIADANIA:

Poniedziałek- Chleb pszenny z masłem^{1,3,7}, szynka drobiowa , ogórek zielony, herbata z miodem i cytryną ,jabłka **B:14,3g T:11,34g W:44,56g Kcal 322**

Wtorek- Graham z masłem⁷,twarożkiem z ogórka zielonego, rzodkiewki i szczypiorku⁷ herbata owocowa, marchewka , **B:11,11g T:12,41g W:49 Kcal 333**

Środa – Chleb pszenny,³ z masłem ,jajka³ w sosie jogurtowo-majonezowym, pomidor herbata, kiwi **B:11g T:8g W:65g Kcal 376**

Czwartek- Weka z masłem¹³,jogurt owocowy⁷,herbata,banany **B:11 T:12 W:47 Kcal 286**

Piątek -- Bułka kukurydziana z masłem⁷, serem żółtym⁷ papryka czerwona, herbata owocowa, gruszka **B:14g T:11g W:49g Kcal 341**

2. OBIADY- CATERING:

Poniedziałek - Żur z ziemniakami (250ml) (s,z,m)

Naleśniki z dżemem (z,m,j)

Kompot (150 ml) **Kcal 540**

Wtorek- Zupa grysikowa (250ml) (s,z)

Filet drobiowy panierowany, ziemniaki, surówka z białej kapusty (z,m,j)

Kompot (150 ml) **Kcal 495**

Środa-- Krem z marchewki z groszkiem ptysiowym (250ml) (s,z,m,j)

Makaron z kurczakiem i szpinakiem (z,m,j)

Kompot (150 ml) **Kcal 560**

Czwartek - Zupa ogórkowa z ziemniakami (205ml) (s,m)

Gulasz z indyka, kasza jęczmienna, buraczki (z)

Kompot (150 ml) **Kcal 530**

Piątek- Zupa fasolowa (250ml) (s)

Nuggetsy rybne (5szt.), ziemniaki, surówka z kapusty kiszanej (j,z,s)

Kompot (150 ml) **Kcal 533**

LEGENDA ALERGENY; Z- Zboża, J-Jajka, S- Seler, M-Mleko

3. PODWIECZORKI:

Poniedziałek - Sok owocowy Kubuś **B:11 84g.T: 5,3g W 19,4g Kcal 190**

Wtorek- Wafelki w gorzkiej czekoladzie **B:6g T:2g W:50g Kcal 234**

Środa- Sałatka owocowa z bakaliami^{5,6,8} **B:3g T:1g W:34g Kcal 159**

Czwartek - Galaretka owocowa **B:12 T: 5 g W: 49 Kcal 169**

Piątek- Batonik z ziarnami zbóż^{1,7} Kinder Country **B:2,0g T:7,9 W:12,9g Kcal 132**

1.	Zboża zawierające gluten (tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich szezepy hubrydowe) i produkty pochodne	8.	Orzechy tj. migdały, orzechy laskowe , orzechy włoskie, nerkowce , orzechy pekan , orzechy brazylijskie, pistacje, orzechy makadamie i produkty pochodne
2.	Skorupiaki i produkty pochodne	9.	Seler zwyczajny i produkty pochodne
3.	Jajka i produkty pochodne	10.	Gorczyca i produkty pochodne
4.	Ryby i produkty pochodne	11.	Nasiona sezamu i produkty pochodne
5.	Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne	12.	Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/l w przeliczeniu na SO2
6.	Soja i produkty pochodne	13.	Łubin i produkty pochodne
7.	Mleko i produkty pochodne	14.	Mięczaki i produkty pochodne