

	JADŁOSPIS DZIENNY	CZERWIEC
	PRZEDSZKOLE PUBLICZNE W SKIDZINIU	03.06-07.06.2024r.

1. ŚNIADANIA:

Poniedziałek- Bułka kajzerka ¹, masło ⁷, ser żółty ⁷, sałata lodowa , herbata , marchewka, woda **B:11,57g T:13,36g W:48,43g Kcal 345**

Wtorek- Węka pszenna¹ z masłem⁷ i dżemem lub szczypiorkiem i pomidorem, herbata , gruszki ,woda **B:11,2 T:8g W: 65g Kcal 376,8**

Środa - Kolorowe kanapki: pieczywo mieszane ^{1,3} ser żółty⁷, wędlina drobiowa, ogórek zielony, herbata , marchewka, woda **B:11 T:12 W:47 Kcal 286**

Czwartek - Chleb graham^{1,3} z masłem⁷ i białym serem⁷ na słodko herbata ,kakao, banany, woda **B:16,54 T:11,05 W:40,52 Kcal 330**

Piątek – Pieczywo słonecznikowe, masło, pasta z tuńczyka ^{1,3,7,9}ogórek kiszony truskawki, herbata, woda **B:13g T:13g W:49g Kcal 365**

2. OBIADY- CATERING:

Poniedziałek –Suchy prowiant (wycieczka)

Wtorek-- Rosół z lanym ciastem (250ml) (s,z,m,j)

Karczek w sosie, ziemniaki, surówka z białej kapusty (s)

Kompot (150 ml) **Kcal 530**

Środa- Zupa z fasolki szparagowej (250 ml) (s)

Knedle z truskawkami (3szt.) (z,m,j)

Kompot (150 ml) **Kcal 495**

Czwartek -- Zupa koperkowa z ziemniakami (250ml)

Podudzia z kurczaka, ryż z warzywami

Kompot (150 ml) **Kcal 650**

Piątek -Grochówka (250ml) (s)

Paluszki rybne (2szt.), ziemniaki, sałatka szwedzka (s,z,j)

Kompot (150 ml) **Kcal 533**

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

3. PODWIECZORKI:

Poniedziałek – Kinder chocolate⁷ - **B:1,1g T:4,4g W:6,7g Kcal 71**

Wtorek- Kanapki z masłem, pasztetem i ogórkiem kiszonym**B:12g T:5g W:49g Kcal 169**

Środa - Kisiel z owoców leśnych **B:2g T:4g W:49g Kcal 240**

Czwartek – Musy owocowe **B:0,55g T:2,67g W:42,19g Kcal 197**

Piątek- Jogurt owocowy ⁷ **B:6,47g T:7,84g W:39,64g Kcal 259**

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