

	JADŁOSPIS DZIENNY	CZERWIEC
	PRZEDSZKOLE PUBLICZNE W SKIDZINIU	10.06-14.06.2024r.

1. ŚNIADANIA:

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

Wtorek- Pieczywo graham z masłem⁷ serkiem białym ze szczypiorkiem, ogórkiem zielonym, gruszka, herbata owocowa, kawa zbożowa⁷ **B:16,54 T:11,05 W:40,52 Kcal 330**

Środa - Kolorowe kanapki: pieczywo mieszane^{1,3} ser żółty⁷, wędlina, , ogórek, pomidor, herbata ziołowa, marchewka **B:10,43 T:12,37 W:26,74 Kcal 248**

Czwartek - Parówka drobiowa na gorąco, ketchup^{1,6} bułka kajzerka z masłem^{1,7} banany, herbata z cytryną i miodem **B:11,11 T:12,74g W: 34,98g Kcal 261**

Piątek – Bułka owsiana z masłem⁷, pasta z makreli i jajka^{3,4}, papryka czerwona, śliwka, herbata owocowa **B:12g T:11g W:49g Kcal 333**

2. OBIADY- CATERING:

Poniedziałek – Zupa ziemniaczana (250ml) (s)
Ryż z koktajlem truskawkowym (z,m)
Kompot (150 ml) **Kcal 610**

Wtorek- Zupa grysikowa (250ml) (s,z)
Kotlecik drobiowy, 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,s)
Kompot (150 ml) **Kcal 560**

Czwartek - Zupa jarzynowa z ziemniakami (250ml)
Medaliony z indyka, kasza jęczmienna, buraczki (z)
Kompot (150 ml) **Kcal 512**

Piątek - - Zupa ogórkowa z ryżem (250ml) (s,z,m)
Jajko sadzone, ziemniaki, surówka z marchewki (s,j)
Kompot (150 ml) **Kcal 520**

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

3. PODWIECZORKI:

Poniedziałek - Lubisie z musem truskawkowym **B:6g T:2 W:50g Kcal 234**

Wtorek- — Soczek owocowy **B:1,2g T:0,3 W:36,9g Kcal 156**

Środa – Rogaliki z ciasta francuskiego z czekoladą **B:12g T:5g W:49g Kcal 169**

Czwartek – Grzanki z masłem ziołowym **B:12g T:14,36g W:18,67g Kcal 166**

Piątek - Koktajl truskawkowy⁷ **B:6,47g T:7,84g W:39,64g Kcal 259**

1.	Zboża zawierające gluten (tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich szczypty 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 SO ₂
6.	Soja i produkty pochodne	13.	Łubin i produkty pochodne
7.	Mleko i produkty pochodne	14.	Mięczaki i produkty pochodne