

	JADŁOSPIS DZIENNY	WRZESIEŃ
	PRZEDSZKOLE PUBLICZNE W SKIDZINIU	09-13.09.2024r.

1. ŚNIADANIA:

Poniedziałek - Chleb pszenny, 1 masło, 7 wędlina, 6 ogórek zielony, papryka czerwona herbata z miodem, nektarynka, woda **B:6,54, T:12.21 W:30.54 Kcal 258**

Wtorek – Zupa mleczna z kaszą manną, pieczywo żytnie 1,3 masło 7, pomidor, sałata lodowa herbata ziołowa z miodem, marchewka, woda **B:11,57g T: 13,36g W:48,43 Kcal 345**

Środa - Pieczywo mieszane, masło 1, 7, ser żółty 7 wędlina 6, ogórek, papryka, herbata z cytryną, gruszka, woda **B:8,57g T:19,54g W:27,01g Kcal 321**

Czwartek- Bułka kajzerka z dżemem^{1,8}, kakao⁷, herbata, banany, woda **B:11 T:8 W:65 Kcal 376**

Piątek – Chleb graham z pastą z masła⁷ i tuńczyka 3,4, ogórek kiszony herbata z cytryną, owoce, woda **B:13,49g T:13,97g W:49,17g Kcal 372**

2. OBIADY- CATERING:

Poniedziałek - Kapuśniak z ziemniakami (250ml) (s)

Racuchy z jabłkami (z,m,j)

Kompot (150 ml) **Kcal 621**

Wtorek- Krupnik (250ml) (s,z)

Makaron z sosem bolognese (z,m,j,s)

Kompot (150 ml) **Kcal 560**

Środa- Krem z dyni z grzankami (250ml) (s,z,m,j)

Kopytka z masłem i cukrem (5szt.) (z,m,j)

Kompot (150 ml) **Kcal 560**

Czwartek - Zupa jarzynowa z ziemniakami (250ml) (s,z)

Gulasz wieprzowy, kasza jęczmienna, buraczki (z)

Kompot (150 ml) **Kcal 590**

Piątek -- Rosół z makaronem (250ml) (s,z,m,j)

Nuggetsy rybne (3), ziemniaki, surówka z kapusty kiszonej (j,z,m,s)

Kompot (150ml) **Kcal 520**

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

3. PODWIECZORKI:

Poniedziałek - Chrupki kukurydziane z marchewką **B3g T:1 W:35g Kcal 159**

Wtorek - Soczek pomarańczowy 100 % **B:11 84g.T: 5,3g W 19,4g Kcal 190**

Środa - Owoce i bakalie⁸ **B:3,0g T:1g W:34g Kcal 159**

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

Piątek -- Napój mleczny ACTIMEL **B:2,8g T:1,5 W:12g Kcal 78**

1.	Zboża zawierające gluten (tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich szczepów 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