

	JADŁOSPIS DZIENNY	PAŹDZIERNIK
	PRZEDSZKOLE PUBLICZNE W SKIDZINIU	21-25.10.2024r.

1. ŚNIADANIA:

Poniedziałek - Chleb pszenny¹, masło ⁷, wędlina drobiowa⁶, ogórek zielony

herbata, jabłka **B:14,3g T:11,34g W:44,56g Kcal 322**

Wtorek - Weka z miodem^{1,8}, kakao⁷, herbata ,marchewka **B:11 T:8 W:65 Kcal 376**

Środa - Płatki kukurydziane^{1,7} z mlekiem ,chleb z masłem^{3,7}, pomidorem, papryką czerwoną

herbata owocowa ,gruszka **B:11,2 T:8g W: 65g Kcal 376,8**

Czwartek Bułka kajzerka z masłem⁷, pasztetem ^{1,9}, ogórek kiszony ,

herbata owocowa ,banany **B:11,2 T:8g W: 65g Kcal 376,8**

Piątek – Chleb graham z masłem , serem żółtym ^{1,3,7,9} i pomidorem

śliwka ,herbata z miodem **B:11,57g T:14,36g W:49,43g Kcal 358**

2. OBIADY- CATERING:

Poniedziałek - Suchy prowiant(bułka z masłem, serem żółtym, sałatą zieloną, jabłko, ciasteczko, woda)

Kompot (150 ml) **Kcal 640**

Wtorek - Zupa koperkowa z ryżem (250ml) (s)

Kotlecik drobiowy, ziemniaki, surówka z białej kapusty (z,m,j)

Kompot (150 ml) **Kcal 590**

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

Gołąbki bez zawijania z sosem pomidorowym (z,m,j)

Kompot (150 ml) **Kcal 590**

Czwartek - Zupa brokułowa z makaronem (250ml) (s,z,m,j)

Gulasz, kasza jęczmienna, buraczki (z)

Kompot (150 ml) **Kcal 557**

Piątek - - Krupnik (250ml) (s,z)

Paluszki rybne (2), ziemniaki, surówka z kapusty kiszonej (j,m,s,z)

Kompot (150ml) **Kcal 533**

3. PODWIECZORKI:

Poniedziałek- Herbatniki **B:6g T:2 W:50g Kcal 234**

Wtorek - Owoce i bakalie ^{5,6,8} **B:3g T:1g W:34g Kcal 159**

Środa- Grzanki z masłem ziołowym **B:12g T:5g W:49g Kcal 169**

Czwartek – Drożdżówka z serem ^{1,3} **B:3g T:18g W:31g Kcal 298**

Piątek - Soczek wieloowocowy 100% **B7g T:9 W:41g Kcal 276**

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

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 SO2
6.	Soja i produkty pochodne	13.	Łubin i produkty pochodne
7.	Mleko i produkty pochodne	14.	Mięczaki i produkty pochodne