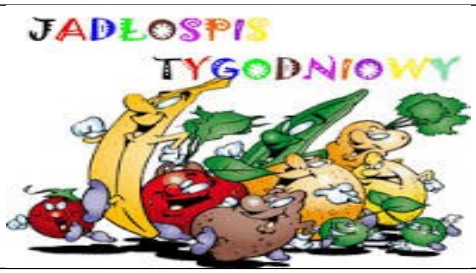
	JADŁOSPIS TYGODNIOWY 	STYCZEŃ
	PRZEDSZKOLE PUBLICZNE W SKIDZINIU	13-17.01.2025r.

1.ŚNIADANIA:

Poniedziałek– Chleb pszenny[1]z masłem[7]wędliną i ogórkiem zielonym, herbata jabłka **B:14,3g T:11,34g W:44,56g Kcal 322**

Wtorek –- Szwedzki stół na słodko; bułki kajzerki[1,3] z masłem[7]miód,nutella[5],dżem,serek waniliowy,herbata owocowa ,gruszka **B:16,54 T:11,05 W:40,52 Kcal 330**

Środa - Parówka drobiowa na gorąco, ketchup [1,6] chleb graham z masłem [1,7]ketchup ogórek zielony, herbata z cytryną, marchewka **B:11,11 T12,74g W: 34,98g Kcal 261**

Czwartek – Chleb słonecznikowy[1,3,7] z masłem i pasztetem[9]ogórek kiszony herbata marchewka **B:13g T:13g W:49g Kcal 365**

Piątek - Zupa mleczna z kaszą manną, bułka grahamka z masłem[1,6,7] ,pomidorem, sałatą lodową, herbata rumiankowa banany **B:13,81g T:7,38g W:62,71g Kcal 375**

2. *OBIADY*- CATERING:

Poniedziałek- Barszcz czerwony z ziemniakami (250ml)(s,m)
Kluski leniwe z masłem i cukrem (5),
Kompot (150 ml) **Kcal 630**

Wtorek - - Zupa koperkowa z ryżem (250ml) (z,s)
Eskalopki, ziemniaki, colesław (s,z,j)
Kompot (150 ml) **Kcal 525**

Środa- - Krem brokułowy z groszkiem ptysiowym (250ml) (s,z,m,j)
Pancake (2) z sosem truskawkowym (z,m,j)
Kompot (150 ml) **Kcal 540**

Czwartek - Pomidorowa z makaronem (250ml) (s,z,m,j)
Schab w sosie, kasza jęczmienna, buraczki (z,j)
Kompot (150 ml) **Kcal 530**

Piątek - Zupa kalafiorowa z ziemniakami (250ml)
Ryba w cieście, ziemniaki, ryż z warzywami (s,m,j,z)
Kompot (150ml) **Kcal 533**

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

3. *PODWIECZORKI:*

Poniedziałek- Ciasteczka belVita zbożowe **B:6g T:2g W:50g Kcal 234**

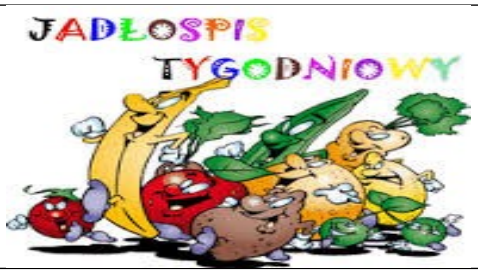
Wtorek -Grzanki z masłem ziołowym **B:12g T:5g W:49g Kcal 169**

Środa - Owoce i bakalie [5,6,8] **B:3g T:1g W:34g Kcal 159**

Czwartek- Budyń waniliowy [7] **B:2g T:4g W:49g Kcal 240**

Piątek- Rogaliki z czekoladą[1,3,7] **B:8g T:5g W:39g Kcal 288**

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

		**STYCZEŃ**
	PRZEDSZKOLE PUBLICZNE W SKIDZINIU	**13-17.01.2025r.**