**JADŁOSPIS**

**TYGODNIOWY**

|  |
| --- |
| **PRZEDSZKOLE nr 64 „Ekoludek”** |
| DZIEŃ | **ŚNIADANIE** | **ZUPA + PODWIECZOREK** | **DRUGIE DANIE** |
| **PON****22.04.****2024** | Kasza kukurydziana na mleku 200 mlChleb orkiszowy z masłem 35g/5gSer żółty salami 20gPapryka czerwona , ogórek kiszony 20g/20gHerbata z dzikiej róży z cytryną 200ml | Krupnik z dwóch kasz ( jęczmienna , jaglana ) z natką pietruszki 250mlTalerz rozmaitości ( kalarepka , marchew , jabłko mieszanka studencka , herbatniki mini zoo bez cukru )Woda mineralna  | Klopsiki z indyka z dodatkiem soczewicy w sosie koperkowym 60g/50gZiemniaki z masłem 130 gSurówka z marchwi , jabłka , gruszki i ananasa z jogurtem greckim 80gKompot owocowy ( jabłko , truskawka ) 200 ml) |
| **WT****23.04****2024** | Chlebrazowy i bułka pszenna z masłem 60g/10gKiełbasa krakowska sucha drobiowa 20g , pomidor , szczypiorek 20g/10gDżem wiśniowy z chia 30gKawa inka z mlekiem 200ml | Żurek na zakwasie z chrzanem , kiełbaską , jajkiem , ziemniakami i natką pietruszki 250mlSłoneczny twarożek z brzoskwiniami – wyrób własny Woda mineralna  | Łazanki z kapusty kiszonej , pieczarek i cebuli 180gHerbata z owoców leśnych 200 ml |
| **ŚR****24.04****2024** | Płatki jaglane na mleku 200mlChleb słonecznikowy z masłem 35g/5gFilet z indyka w paprykowej posypce – wyrób własny Papryka żółta , sałata rukola 20g/10g Herbata miętowa 200ml | Zupa grysikowa na rosołku z warzywami i natką pietruszki 250mlGofry – wyrób własny Woda mineralna  | Węgierski kociołek z łopatki wieprzowej z papryką i ogórkiem kiszonym 110 gKopytka ziemniaczane 130 gSurówka z czerwonej kapusty i jabłka z olejem lnianym 80gSok owocowo-warzywny”eliksir elfów”( jabłko , gruszka , burak , porzeczka ) |
| **CZW****25.04.****2024** | SZWEDZKI STÓŁPieczywo mieszane z masłem 60g/5gJajko gotowane , filet z kurczaka , kabanosy wieprzowe 30g/10g/10gSałata zielona , pomidor , ogórek zielony 5g/20g/20gKakao na mleku 200 ml | Zupa krem z brokułów z pszennymi grzaneczkami 250mShake malinowy ( maliny , migdały , miód , jogurt naturalny ) 150 mlWafle ryżowe | Pieczeń z karczku w sosie własnym 60g/50gKasza gryczana na sypko 130gSałatka z buraczków czerwonych i jabłek 80gKompot owocowy (mieszanka kompot. gruszka ) 200 ml |
| **PT****26.04.****2024** | Płatki ryżowe 200 mlChleb wieloziarnisty z masłem 35g/5gSer biały krojony posypany szczypiorkiem 30g/10g , rzodkiewka do chrupania 30g Herbata malinowa z cytryną 200ml | Zupa pomidorowa z makaronem gwiazdka i natką pietruszki , zabielana śmietaną 250mlKisiel truskawkowy pitny 150 mlChałka drożdżowa z masłem 30g/5g | Filet z miruny panierowany 90gZiemniaki z koperkiem 180 gSurówka z kiszonej kapusty , marchwi i jabłka z oliwą z oliwek 80gKompot owocowy ( jabłko , śliwka ) 200ml |

|  |
| --- |
|  **Alergeny zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 wymienione na drugiej stronie.** |
| W kuchni używa się: zboża zawierające **gluten, seler, gorczycę, soje, mleko, jaja, ryby, orzechy, migdały i nasiona sezamu** .Każda potrawa może zawierać wyżej wymienione alergeny. Woda mineralna n/g podawana jest dzieciom bez ograniczeń.Dyrektor zastrzega możliwość wprowadzenia zmian w jadłospisie. |

 Dyrektor Intendent