



JADŁOSPIS 12-16 LISTOPADA 2018, PRZEDSZKOLE NR 19

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK
ŚNIADANKI		Płatki kukurydziane 30g Mleko 200ml <i>mleko</i> Pieczywo mieszane 30g <i>gluten</i> Masło 5g <i>mleko</i> Ser żółty 20g <i>mleko</i> Ogórek 15g Pomidor 15g Herbata z lipy 200ml	Płatki owsiane 30g Mleko 200ml <i>mleko</i> Bułka kajzerka 30g <i>gluten</i> Masło 5g <i>mleko</i> Pasta jajeczna 20g <i>jaja</i> Pomidor 20g Szczypiorek 5g Herbata rumiankowa 200ml	Zacierka makaronowa 30g <i>gluten</i> Mleko 200ml <i>mleko</i> Pieczywo mieszane 20g <i>gluten</i> Masło 5g <i>mleko</i> Szynka z indyka 15g Jajko 10g <i>jaja</i> Sałata 5g Herbata truskawkowa 200ml	Kakao 5g Mleko 200ml <i>mleko</i> Pieczywo pszenne 60g <i>gluten</i> Masło 5g <i>mleko</i> Twarożek 20g <i>mleko</i> Papryka 15g Kiełki 5g
DIETY		Pieczywo bezglutenowe, maragaryna roślinna, mus owocowy, wędlina wieprzowa	Pieczywo bezglutenowe, maragaryna roślinna, mus owocowy, pasta warzywna	Makaron bezglutenowy, pieczywo bezglutenowe, maragaryna roślinna	Pieczywo bezglutenowe, maragaryna roślinna, kakao na wodzie
ZUPA		Krem z białych warzyw, 250ml <i>mleko</i> wywar warzywny, natka, ziele angielskie, liść laurowy	Żurek z białą kielbasą 250ml <i>mleko</i> i jajkiem, wywar <i>jaja</i> warzywno-mięsny, majeranek, liść laurowy, chrzan	Barszcz czerwony z 250ml <i>mleko</i> ziemniakami na wywarze warzywnym, natka, ziele, liść laurowy, majeranek	Pieczarkowa z 250ml <i>mleko</i> makaronem, wywar <i>jaja</i> warzywny, natka, ziele <i>gluten</i> angielskie, liść laurowy
OWOC		Mandarynka	Jabłko	Banan	Melon
II DANIE		Makron z sosem 190g <i>jaja</i> bolognese <i>gluten</i> <i>mleko</i> Marchewka z porem 80g Brokuł 50g Lemoniada cytrynowa 200ml	Zapiekanka 190g <i>mleko</i> ziemniaczana z warzywami Kapusta pekińska z 80g warzywami Fasolka szparagowa 50g Jabłkowo-truskawkowy 200ml	Miruna w mące 70g/ wielozłaznistej, 130g <i>jaja</i> ziemniaki z <i>gluten</i> koperkiem <i>mleko</i> Kiszony ogórek z papryką, 80g cebulką i natką Burak 50g Kompot gruszkowy 200ml	Ryż zapiekany z 190g <i>mleko</i> jabłkami Seler z rodzynekami 80g <i>seler</i> Marchewka baby 50g Kompot jabłkowy 200ml
DIETY		Zupa niezabielana, makaron bezglutenowy	Zupa niezabielana bez jajek, zapiekanka bez sera	Zupa niezabielana, ryba soute	Zupa niezabielana, makron bezglutenowy, ryż na wodzie
PODWIECZOREK		Budyń czekoladowy 200g własnego wyrobu	Kisiel owocowy, 200g krążki ryżowe	Kanapka z masłem 60g/ szynką i pomidorem 5g/ 20g <i>gluten</i> <i>mleko</i>	Jogurt owocowy z 200ml <i>mleko</i> ziarnami słonecznika
DIETY		Budyń z kaszy jaglanej na wodzie, z owocami		Chleb bezglutenowy, margaryna roślinna	Mus owocowy, chrupki kukurydziane
Pogrubioną czcionką oznaczono alergeny zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011. W zakładzie produkcyjnym używa się: z b o ż a z a w i e r a j ą c e g l u t e n , s o j ę , m l e k o , j a j a , r y b y , s e l e r , g o r c z y c ę , n a s i o n a s e z a m u , o r z e c h y . Każda potrawa może zawierać śladowe ilości wyżej wymienionych alergenów					Opracowano przez dietetyka mgr Dorota Tarczyńska