

Zespół Szkolno_Przedszkolny nr 1

Jadłospis 25.11-29.11.2024 Przedszkole nr 5

		poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek
śniadanie	standard	kasza manna na mleku 250ml, kanapki z wędliną drobiową i wieprzową 80g, biała rzodkiew 20g, ogórek 20g, herbata 250ml [1, 7]	kakao na mleku 250ml, kanapki z kolorowymi pastami (twarogowo-jajeczną i twarogowo-buraczaną) oraz z wędliną drobiową 120g, pomidor 20g, ogórek 20g [1, 3, 7, 10]	płatki owsiane na mleku 250ml, kanapki z wędliną wieprzową i pastą z warzyw w suszonych pomidorami i pestkami słonecznika 80g, ogórek kiszony 20g, papryka 20g, herbata 250ml [1, 7, 9, 10]	kawa zbożowa na mleku 250ml, twarożek naturalny 70g, kromka chleba z masłem 30g, kanapka z szynką drobiową 40g, rzodkiewka 15g, ogórek 15g, sałata 10g [1, 7]	płatki owsiane na mleku 250ml, kanapki z wędliną drobiową i żółtym serem 60g, biała rzodkiew 20g, pomidor 20g, herbata 250ml [1, 7]
	dieta eliminująca gluten	płatki jaglane na mleku, pieczywo bez glutenu	pieczywo bez glutenu	płatki kukurydziane na mleku, pieczywo bez glutenu	kakao na mleku, pieczywo bez glutenu	płatki ryżowe na mleku, pieczywo bez glutenu
	dieta bezmleczna	kasza manna na napoju roślinnym, masło roślinne	kakao na napoju roślinnym, masło roślinne, kanapki z dżemem i wędliną wieprzową zamiast kanapek z kolorowymi pastami	płatki owsiane na napoju roślinnym, masło roślinne	kakao na napoju roślinnym, masło roślinne, jajko zamiast twarożku	płatki pszenne na napoju roślinnym, masło roślinne, pasta z białych warzyw [9] zamiast żółtego sera
	wegetariańska	pasta warzywna [9] i twarożek na kanapki zamiast wędliny	ser żółty na kanapkę zamiast wędliny	twarożek na kanapkę zamiast wędliny	pasztet sojowy [6] na kanapkę zamiast wędliny	pasta z białych warzyw [9] zamiast wędliny
II śniadanie		jabłko 60g	gruszka 60g	jabłko 60g	gruszka 60g	jabłko 60g
obiad	zupa 300ml	fasolowa z ziemniakami [7, 9]	biały barszcz [1, 7, 9]	jarzynowa z kaszą kuskus [1, 9]	pomidorowa z makaronem [1, 7, 9]	ogórkowa z ziemniakami [7, 9, 10]
	dieta eliminująca gluten	b.z.	jarzynowa [7,9]	jarzynowa z kaszą jaglaną	makaron bez glutenu	b.z.
	dieta bezmleczna	niezabielana	jarzynowa niezabielana [9]	b.z.	niezabielana	niezabielana
	wegetariańska	na bulionie wegetariańskim	na bulionie wegetariańskim	na bulionie wegetariańskim	na bulionie wegetariańskim	na bulionie wegetariańskim
	II danie	makaron z serem i musem truskawkowym 260g [1, 7]	risotto z kurczakiem i warzywami 270g [9, 10]	eskalopek z piersi kurczaka 70g, ziemniaki 120g, buraczki 70g [1, 3, 9, 10]	klops w sosie własnym 145g, kasza jęczmienna 100g, surówka koperkowa 70g [1, 3, 9, 10]	paluszki rybne 70g, ziemniaki 120g, surówka wiejska 70g [1, 3, 4, 10]
	dieta eliminująca gluten	makaron bez glutenu	b.z.	eskalopek w panierce z mąki kukurydzianej i ryżowej	klops bez dodatku mąki pszennej, ryż zamiast kaszy jęczmiennej	ryba panierowana w mące kukurydzianej [3, 4, 9] zamiast paluszków
	dieta bezmleczna	pierogi z truskawkami, marchewka w słupkach [1, 3, 9]	b.z.	b.z.	b.z.	b.z.
wegetariańska	b.z.	risotto z warzywami i zielonym groszkiem	kalafior panierowany zamiast eskalopka [1, 3, 7]	klops z soczewicy i warzyw [1, 3, 9] zamiast klopsa mięsnego	kotlet brokułowo-jajeczny [1, 3, 7, 9] zamiast paluszków	
podwieczorek	standard	kanapki z jajkiem, szynką, papryką i kiełkami 100g [1, 3, 7, 9]	jogurt naturalny z musem dyniowo-pomarańczowym 150g, pieczywo chrupkie 10g [1, 7]	ciasto drożdżowe 50g [1, 3, 7]	jabłko pieczone z owsianym crumble 70g, sos waniliowy 50g [1, 7]	jogurtowe ptasie mleczko o smaku truskawkowym z kawałkami czekolady 80g, chrupki kukurydziane 6g [7]
	dieta eliminująca gluten	pieczywo bez glutenu	wafel ryżowy zamiast pieczywa chrupkiego	mus owocowy, herbatniki bez glutenu [3, 6, 7, 13] zamiast ciasta	kruszonka z mąki kukurydzianej i ryżowej zamiast owsianego crumble	b.z.
	dieta bezmleczna	masło roślinne zamiast tradycyjnego	koktajl na napoju roślinnym	mus owocowy, biszkopty [1, 3] zamiast ciasta	masło roślinne do owsianego crumble, wafel ryżowy zamiast sosu jogurtowego	budyń na napoju roślinnym [1, 3], banan zamiast jogurtowego ptasiego mleczka
	wegetariańska	jajko zamiast wędliny	b.z.	b.z.	b.z.	budyń [1, 3], banan zamiast jogurtowego ptasiego mleczka

alergeny: 1. Zboża zawierające gluten [1], pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich szczypty (hybrydowe) i produkty pochodne 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jajka i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne 5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne 8. Orzechy tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy pekan, orzechy brazylijskie, pistacje, orzechy makadamie lub orzechy Queensland i produkty pochodne 9. Seler zwyczajny i produkty pochodne 10. Gorczyca i produkty pochodne 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne 12. Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/l w przeliczeniu na SO2 13. Łubin i produkty pochodne 14. Mięczaki i produkty pochodne