








Jadłospis Przedszkola nr 4 *Biały konik* od 22.04.2024 do 26.04.2024*

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Skład/alergeny
Poniedziałek 22.04.2024 	Bułka pszenna z masłem dżemem malinowym przygotowanym w przedszkolnej kuchni, chleb gryczany z masłem i pasztetem drobiowym z ogórkiem zielonym, kawa inka na mleku, herbata mięta	Kapuśniak z kiszonej kapusty na mięsie z warzywami, pierogi leniwe, surówka z marchwi i jabłka słodzona brzoskwiniami, sok jabłkowy 100%	Bułka lniana z maselkiem mixem sałat i polędwicą sopocką, chleb zwykły z masłem serem żółtym i pomidorem, kakao na mleku, herbata owocowa	ŚNIADANIE: bułka pszenna 30g (mąka pszenna, żytnia), chleb gryczany 30g, (mąka pszenna, żytnia , mieszanka ziaren w różnych proporcjach: płatki (owsiane, pszenne, jęczmienne) , słonecznik, siemię lniane, sezam ;; drożdże, sól, siód jęczmienny), masło 4 g (mleko), paszтет 20g (pszenica, mleko, jajko, soja), ogórek zielony 10g, maliny 5g, kawa inka na mleku 5g (mleko, jęczmień, żyto), cukier 5g, herbata mięta 150g OBIAD: zupa kapuśniak- marchew, pietruszka, seler , por 75g, kapusta kiszona 40g, łopátka wieprzowa 20g ,ziemniaki 50g, pierogi leniwe- twaróg 100g (jajko 20g, mąka pszenna 50g, mleko),surówka z marchwi 80g, jabłka 20 g, brzoskwinia 20 g, sok jabłkowy 150g PODWIECZOREK: , bułka lniana 60g (mąka pszenna, woda, mąka żytnia , siemię lniane , powidła śliwkowe (przecier śliwkowy, cukier, barwnik, substancja zagęszczająca : guar : regulator kwasowości: kw. cytrynowy ;substancja żelująca: pektyny; sus. Konserwująca drożdże, sól siód jęczmienny), chleb zwykły baltonowski20g (mąka pszenna, żytnia, woda , drożdże, sól),, masło 8g (mleko),polędwica sopocka 20g (zboże, gluten, jajka, mleko, soja), chleb zwykły 20g (mąka pszenna, żytnia), ser żółty 30g (mleko), sałata, pomidor 40g kakao 5g na mleku 150g (mleko, soja, gluten),herbata owocowa 150g
Wtorek 23.04.2024 	Bułka lniana z masłem, pasta z wysokogatunkowej wędliny, z papryką czerwoną, płatki kukurydziane z mlekiem, herbata malinowa	Zupa ogórkowa z warzywami, spaghetti z sosem warzywno-mięsny, ze świeżą bazylią i żółtym serem, kompot wieloowocowy, owoc	Budyń na mleku z musem truskawkowym, chrupki kukurydziane bananowe, herbata z cytryną	ŚNIADANIE: bułka lniana 60g (mąka pszenna, woda, mąka żytnia , siemię lniane , powidła śliwkowe (przecier śliwkowy, cukier, barwnik, substancja zagęszczająca : guar : regulator kwasowości: kw. cytrynowy ;substancja żelująca: pektyny; sus. Konserwująca drożdże, sól siód jęczmienny),, masło 4g (mleko), wędlina 20g (gluten, soja), majonez 5 g (mleko),papryka 20g, płatki kukurydziane 25g (mąka kukurydziana, ekstrakt słodowy jęczmienny , cukier, sól. karoteny, karmel, produkt może zawierać mleko soje) herbata malinowa 150g. OBIAD: zupa ogórkowa- marchew, pietruszka, (seler), por 75g ,śmietanka 10g, (mleko), łopátka 20g, ogórki kiszona 40g, ziemniaki 50g, makaron 50g (mąka pszenna, mleko, jajko, seler),ser żółty 10g (mleko), bazyliia ,pomidory 30g,łopátka 70g, kompot wieloowocowy 20g, owoc. PODWIECZOREK: budyń waniliowy (mleko150g) truskawki 20g,chrupki kukurydziane 15g, herbata z cytryną 150g.
Środa 24.04.2024 	Chleb orkiszowy z masłem, jajkiem, rzodkiewką i szczypiorkiem, bułka maślana z masłem i miodem pszczelim, kawa zbożowa na mleku herbata owocowa	Rosół z perliczki z makaronem, gołąbek bez zawijania przygotowany na parze z ziemniakami i sosem pomidorowym, ogórek kiszony, sok pomarańczowy 100%, owoc	Ciasto Maślankowiec z owocami z przedszkolnego pieca, kawa inka na mleku, herbata melisa	ŚNIADANIE: chleb orkiszowy 35g (mąka pszenna żytnia), bułka maślana 30g(mąka pszenna , cukier, serwatka w proszku, białko i żółtko jaja w proszku, sól jodowana; sól, jodan potasu;emulgatory: tłuszcz palmowy, przyprawy, enzymy, aromat, środek do przetwarzania mąki; kwas askorbinowy; wanilina barwnik, masło, drożdże. jaja w płynie pasteryzowane, ocet spirytusowy), masło 8g (mleko),miód pszczeli, jajko 10g (jajko), szczypiorek, rzodkiewka 10g, kawa zbożowa 8g na mleku (mleko, żyto, jęczmień),herbata owocowa OBIAD: rosół – marchew, pietruszka, seler , por 75g, perliczka 30g, makaron 20g (jajko, mąka pszenna), gołąbek –łopátka 65g (jajko), kapust biała 50g, pomidory 20g, ogórek kiszony 50g , ziemniaki 200g, woda 150g, sok pomarańczowy 100% 150g , owoc PODWIECZOREK: ciasto maślankowe (mąka pszenna, jajko10g) maślanka 30 g(mleko), proszek do pieczenia, olej, owoce 20g,kawa inka 5g na mleku (mleko, jęczmień, żyto),melisa
Czwartek 25.04.2024 	Bułka lniana z masłem, pastą z soczewicy i kielkami, płatki owsiane na mleku słodzone miodem, herbata owoce leśne	Zupa krem z białych warzyw, schab panierowany, ziemniaki a la frytki z pieca , dip jogurtowy, surówka z białej kapusty, marchwi i jabłka, woda źródłana z cytryną, owoc	Kasza manna na mleku z musem wiśniowym, ciastko kruche, herbata zielona	ŚNIADANIE: bułka lniana 60g (mąka pszenna, woda, mąka żytnia , siemię lniane , powidła śliwkowe (przecier śliwkowy, cukier, barwnik, substancja zagęszczająca : guar : regulator kwasowości: kw. cytrynowy ;substancja żelująca: pektyny; sus. Konserwująca drożdże, sól siód jęczmienny),masło 4 g (mleko) soczewica 10g, kielki 15 g, płatki owsiane na mleku 15 g (mleko, mąka pszenna , owies),miód 3g, herbata owoce leśne 150g OBIAD: zupa krem z białych warzyw – marchew, pietruszka, seler , por 150g, udko 10g śmietanka (mleko), schab panierowany 70g jajko, mąka pszenna), ziemniaki 200g, dip jogurtowy- jogurt 20g (mleko), surówka z białej kapusty 80g, woda 150g,cytryna 10g, owoc PODWIECZOREK: kasza manna 20g na mleku (mleko, mąka pszenna), wiśnie 20g, ciastko kruche 30g (mleko, jaja) 10 g, herbata zielona 150g
Piątek 26.04.2024 	Rogal z masłem i dżemem śliwkowym przygotowanym w przedszkolnej kuchni, chleb kołodziej z maselkiem, twarożkiem i rzodkiewką, kawa inka na mleku, herbata owocowa	Zupa szczawiowa na drobiu z jajkiem, kotlet rybny z miruny podany z ryżem parabolicznym i marchewką z groszkiem, kompot jabłkowy, marchewka do chrupania	Koktajl jogurtowo – maślankowy z owocami, słomka ptysiowa	ŚNIADANIE: rogal 35g (mąka pszenna, żytnia , woda, olej rzepakowy, drożdże, cukier, sól), chleb kołodziej 30g (mąka pszenna, woda , mieszanka piekarnicza(słonecznik, mąka pszenna graham , siemię lniane, cukier, mąka pszenna , sól. gluten pszenna , substancja zagęszczająca: karboksymetyloceluloza: otręby owsiane , zakwas i siód żytni , emulgatory, środki do przetwarzania mąki; kwas askorbinowy, enzymy) mąka żytnia , płatki owsiane , drożdże), masło 8g (mleko), twarożek 10g (mleko), rzodkiewka 10g, dżem śliwkowy 10g, kawa inka na mleku 5g (mleko, jęczmień, żyto) herbata owocowa 150g. OBIAD: zupa szczawiowa – marchew, pietruszka, por 75g (seler), śmietanka 10g (mleko), udko drobiowe 10g, jajko 2,5g , kotlet rybny 70g (jajko 5g , mąka pszenna), ryż 35g, marchewka z groszkiem 80 g, marchew 10g, jabłka 20g PODWIECZOREK: koktajl jogurtowo- maślankowy (mleko) 200g owoce 25g , słomka ptysiowa 10g (mleko, mąka pszenna, jajko)

*przedszkole zastrzega sobie prawo do zmian, woda źródłana dostępna w każdej grupie przez cały dzień, tłustym drukiem oznaczono alergeny mogące znajdować się w danym daniu lub produkcie, potrawy przygotowywane w piecu- konwekcyjno – parowym, składy wszystkich potraw do wglądu u intendenta