

Jadłospis



JADŁOSPIS DEKADOWY

DATA	I ŚNIADANE Kącik kulinarny 8:30	I DANIE OBIADOWE 11:30	II DANIE OBIADOWE 13:40

Przedszkole w Pieńsku

30.01.2023 Poniedziałek	<p>Chleb pszenny z masłem śmietankowym (1p,7) Ser żółty, pomidor(7)</p> <p>Kawa zbożowa(1p 7)</p> <p>Marchewka do przegryzki</p>	<p>Zupa kalafiorowa (9)</p> <p>Chleb mieszany, z masłem śmietankowym (1p,ż ,7,3) rzodkiewka, wędlina podsuszana z beczki podlaska, jajko (6,1p)</p> <p>Woda lub herbata</p>	<p>Makaron z jabłkiem i cynamonem (7)</p> <p>Kompot z owoców leśnych</p> <p>Banan</p>
31.01.2023 Wtorek	<p>Bułka mieszana z masłem</p> <p>Zupa mleczna zacierka(1p,1ż,7)</p> <p>Winogrono</p> <p>Woda lub herbata do picia</p>	<p>Zupa fasolowa(9)</p> <p>Chleb mieszany z masłem (1p,ż,7)wędlina drobiowa, pomidor, ogórek</p> <p>Woda z miętą</p>	<p>Danie chińskie z pędami bambusa w sosie pomidorowym z kolorowym mixem papryk, mięso drobiowe ryż(1p)</p> <p>Kompot z owoców mrożonych Jogurt(7)</p>
01.02.2023 Środa	<p>Chleb kukurydziany z masłem (1p)</p> <p>Twarożek ze szczypiorkiem (7)</p> <p>Kakao(7)</p> <p>Biała rzodkiew</p>	<p>Zupa gulaszowa z mięsem(9)</p> <p>Chleb żytni z masłem(1ż,7) ogórek zielony, ser żółty(7)</p> <p>Woda lub herbata owocowa</p>	<p>Kopytka, kapusta kiszona zasmażana (1p,3)</p> <p>Kompot z owoców mrożonych Pomarańcza</p>
02.02.2023 czwartek	<p>Bułka kielecka z masłem śmietankowym(1p,7)</p> <p>Jogurt naturalny, nasiona dyni, słonecznika, sezamu (7,11),rodzynki, żurawina</p> <p>Mleko(7)</p> <p>Kiwi</p>	<p>Zupa z zielonego groszku (9)</p> <p>Chleb mieszany z masłem (1p,ż,7), serek topiony(7) porcja pomidora ze szczypiorkiem</p> <p>Woda z cytryną</p>	<p>Kotlet mielony (3,1p) Ziemniaki z koperkiem Mizéria z jogurtem(7)</p> <p>Kompot z owoców mrożonych Jogurt do picia(7)</p>
03.02.2023 piątek	<p>Chleb orkiszowy z masłem (1o,7)ogórek zielony</p> <p>Kielbasa na gorąco(6,1,10)</p> <p>Kawa zbożowa(1p,7)</p> <p>Liść cykorii</p>	<p>Zupa z krupnik z kaszy pęczak (9)</p> <p>Chleb pszenny z masłem śmietankowym (1p,7) kielbasa żywiecka(6,1p,)pomidor serek żółty gouda(7)</p> <p>Woda z cytryną</p>	<p>Ryba w sosie koperkowym (4,1p,3) Surówka z kapusty pekińskiej Ziemniaki z koperkiem</p> <p>Kompot z owoców mrożonych Pomarańcza, mandarynka</p>

06.02.2023 Poniedziałek	<p>Bułka mieszana z masłem śmietankowym</p> <p>Kasza manna(1p,ż,7) rzodkiewka</p> <p>Mleko(7)</p>	<p>Kartoflanka z ziemniakami (1p,3,9)</p> <p>Chleb mieszany z masłem (1p,ż,7), szynka wieprzowa (6,) sałata, szczypiorek</p> <p>Woda do picia z miętą</p>	<p>Rizotto z warzywami</p> <p>Banan</p> <p>Kompot owocowy z miodem</p> <p>Jogurt naturalny(7)</p>
07.02.2023 Wtorek	<p>Szwedzki stół</p> <p>Dzieci same przygotowują kanapki</p> <p>Chleb żytni z masłem (1ż,7)</p> <p>Polędwica drobiowa(6), sałata masłowa, ogórek zielony, pomidor, szczypiorek</p> <p>Kawa zbożowa(1p,7)</p>	<p>Zupa barszcz biały z jajkiem białą kielbaską(9,3)</p> <p>Chleb mieszany, (1p,ż,7)wędlina podsuszana żywiecka(6),pomidor, ogórek kiszony</p> <p>Woda lub herbata</p>	<p>Pulpety w sosie pomidorowym(1p,3) Kasza pęczak Buraczki Kompot z owoców mrożonych z miodem</p> <p>Kiwi</p> <p>Serek waniliowy (7)</p>

08.02.2023 Środa	Rogal z masłem (1p,7) Budyń truskawkowy(7) pomarańcze Herbata miętowa	Zupa ogórkowa(9) Chleb mieszany z masłem wędlna kiełbasa podlaska, ser żółty,(1p,ż,7, 6) Porcja rzodkiewki do chrupania Woda lub herbata	Udko z kurczaka pieczone w piekarniku, surówka z czerwonej kapusty, ziemniaki z wody Kompot z owoców mrożonych Gruszka
09.02.2023 Czwartek	Bułka wrocławska z masłem(1p,7) Ser gołda, sałata, ogórek, wędlna z indyka, rzodkiewka (7,6) Kawa inka (1p,7)	Rosół z makaronem i pietruszka(1p,3,9) Chleb mieszany z masłem, pasta z jajek (1p,ż,3) Woda lub herbata z melisą	Potrawka w sosie jarzynowym (9,7) marchewka z groszkiem (7) ziemniaki z koperkiem Kompot z owoców mrożonych Jabłko
10.12.2022 Piątek	KARNAWAŁ OWOCOWY POCZESTUNEK Bułka mieszana z masłem śmietankowym(1p,ż,7) serek topiony (7) Herbata Mandarynka, banan, jabłko	Zupa krupnik z kaszy pęczak z czosnkiem(1j,9) Chleb mieszany z masłem śmietankowym, ogórek zielony, serek naturalny śmietankowy(7) Woda lub herbata miętowa	Ryba pieczona w piekarniku (1p,3,4), surówka z kapusty kiszanej z koperkiem i nasionami sezamu(11), ziemniaki z koperkiem Koktajl z truskawek (7) Woda z cytryną

**INTENDENT ZASTRZEGA SOBIE WPROWADZENIE ZMIAN W JADŁOSPISIE
ZWIĄZANYCH Z NAZWĄ I SKŁADEM WĘDLIN ORAZ OWOCÓW**

ALERGENY

Zgodnie z rozporządzeniem Parlamentu Europejskiego i Rady N 1169/2011 w sprawie przekazywania konsumentom informacji na temat żywności , które ze szczególnym uwzględnieniem alergenów, muszą być łatwo dostępne tak , aby rodzic miał świadomość, że w odniesieniu do danej żywności występują kwestie związane z alergiami i nietolerancją pokarmową.

W związku z powyższym przy jadłospisie jest spis alergenów, a przy każdym posiłku numer alergenu jaki zawiera.

Numery alergenów występujących w posiłkach:

1.ZBOŻA - zawierające gluten

- (p- pszenica, ż-żyto, j-jęczmień, o-owies, o.-orkisz)
- 2.SKORUPIAKI-produkty pochodne
- 3.JAJA - i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie)
- 4.RYBY - i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie)
5. ORZECHY ZIEMNE - i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie)
6. SOJA - i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie)
- 6*może zawierać soje
- 7.MLEKO (produkty pochodne)
8. ORZECHY - (migdały, orzechy laskowe, orzech włoskie, orzechy nerkowe,
orzechy brazylijskie i ich pochodne)
9. SELER - i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie)
10. GORCZYCA - i produkty pochodne(produkty przygotowane na ich bazie)
11. NASIONA SEZAMU - i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie)
- 12..DWUTLENEK siarki -jako substancja konserwująca
- 13.ŁUBIN -produkty pochodne ,wypełniacz niektórych produktów,dodawany do niektórych mąk
14. MIĘCZAKI - i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie)