

JADŁOSPIS przedszkole

18.11.2024r. - 22.11.2024r.

Informacja o alergenach przekazana jest w oparciu o Rozporządzenie Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) nr 1169/2011 z dnia 25.10.2011 r. w sprawie przekazywania konsumentom informacji na temat żywności.

Oznaczenia alergenów występujących w posiłkach:

1 - Zboża zawierające gluten; 2 - Skorupiaki i produkty pochodne; 3 - Jaja i produkty pochodne; 4 - Ryby i produkty pochodne; 5 - Orzeszki ziemne (arachidowe); 6 - Soja i produkty pochodne; 7 - Mleko i produkty pochodne; 8 - Orzechy; 9 - Seler i produkty pochodne; 10 - Gorczyca i produkty pochodne; 11 - Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12 - Dwutlenek siarki; 13 - Łubin; 14 - Mięczaki

Przyprawy stosowane do przyrządzania potraw:

ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, oregano, zioła prowansalskie, papryka mielona, czosnek granulowany, sól o obniżonej zawartości sodu, pieprz, kurkuma, lubczyk, rozmaryn, estragon, tymianek, cebula w proszku, suszona skórka z cytryny.

Produkty z których przygotowywane są posiłki dla dzieci z dietą bezglutenową:

mąka ryżowa, ryż biały i brązowy, mąka kukurydziana, mąka ziemniaczana, kasza gryczana, kasza jaglana, makaron bezglutenowy, pieczywo bezglutenowe, masło, olej rzepakowy, mleko, kefir, jogurt naturalny, sery twarogowe, ser żółty, wędlina, mięso, ryby, jaja, warzywa, cukier, miód, galaretki, kisiel, budyń, soki owocowe, owoce, zioła, przyprawy.

Dieta lekkostrawna:

Przy diecie lekkostrawnej potrawy przygotowywane są na parze, w wodzie, duszone lub pieczone w folii. Produkty które występują w menu zamieniane są na artykuły które dzieci mogą spożywać przy ww. diecie.

	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK 18.11.2024r.	Pieczywo 60g, masło 10g, wędlina 40g, ogórek kiszony 22,5g, pomidor 25g, powidła 15g, herbata 200ml, kakao 200ml (1,7)	Barszcz biały z ziemniakami 200g, spaghetti 150g, lemoniada 200ml (1,3,7,9,10) owoc	Kisiel z owocem
WTOREK 19.11.24.	Pieczywo 60g, masło 10g, jajecznicza ze szczypiorkiem 70g, wędlina 20, rzodkiewka 10g, pomidor 25g, herbata 200ml, zupa mleczna- płatki owsiane 250ml (1,3,7)	Zupa szczawiowa z ryżem i jajkiem 200g, makaron z serem i z cukrem 300g, kompot owocowy 200ml (1,3,7,9,10), sok	Koktajl bananowy
ŚRODA 20.11.2024r.	Pieczywo 60, masło 10g, kielbaski śląskie na gorąco 60g, ketchup 10g, dżem 15g, ogórek zielony 25g, herbata 200ml, kawa inka 200ml (1,7,10)	Zupa koperkowa z makaronem 200g, ziemniaki z koperkiem 125g, kotlet schabowy 60g, mizeria 75g, kompot owocowy 200ml (1,7,9,10)	Owoc
CZWARTEK 21.11.2024r.	Pieczywo 60, masło 10g, ser żółty 40g, wędlina 20g, ogórek kiszony 22,5g, papryka czerwona 35g, bułka słodka, kakao 200ml, herbata (1,7)	Zupa grzybowa z makaronem 200g, ziemniaki z koperkiem 125g, pieczeń z karczku 50g, surówka z kapusty pekińskiej 50g, woda mineralna 200ml (1,7,9,10)	Wafelki ryżowe, owoc
PIĄTEK 22.11.2024r.	Pieczywo 60, masło 10g, pasta z makreli 60g, wędlina 40g, pomidor ze szczypiorkiem 22,5g, nutella 15g, herbata 200ml, kawa inka 200ml (1,3,4,7)	Zupa fasolowa z ziemniakami 200g, ryż z musem truskawkowym 150g, kompot owocowy 200ml (1,3,7,9,10)	Owoc