

JADŁOSPIS przedszkole

16.12.2024r. - 20.12.2024r.

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 16.12.2024r.	Pieczywo 60g, masło 10g, wędlina 40g, pomidor 25g, powidła 15g, herbata 200ml, kakao 200ml (1,7)	Zupa pomidorowa z ryżem 200g, ziemniaki z koperkiem 125g, jajko sadzone 1szt, fasolka szparagowa 50g, lemoniada 200ml (1,3,7,9,10) owoc	Kisiel +owoc
WTOREK 17.12.24.	Pieczywo 60g, masło 10g, jajecznica ze szczypiorkiem 70g, wędlina 20, rzodkiewka 10g, pomidor 25g, herbata 200ml, zupa mleczna- płatki owsiane 250ml (1,3,7)	Zupa koperkowa 200g, ziemniaki z koperkiem 125g, pieczeń z karczku 50g, kompot owocowy 200ml (1,3,7,9,10)	Koktajl bananowy
ŚRODA 18.12.2024r.	Pieczywo 60, masło 10g, kielbaski śląskie na gorąco 60g, ketchup 10g, miód 15g, ogórek zielony 25g, herbata 200ml, kawa inka 200ml (1,7,10)	Zalewajka z ziemniakami 200g, ryż z musem truskawkowym 150g, woda mineralna 200ml (1,7,9,10)	Mus owocowy
CZWARTEK 19.12.2024r.	Pieczywo 60, masło 10g, ser żółty 40g, wędlina 20g, ogórek kiszony 22,5g, papryka czerwona 35g, kakao 200ml, herbata (1,7)	Zupa grzybowa z makaronem 200g, ziemniaki z koperkiem 125g, ryba smażona 50g, kapusta z grochem 50g, kompot śliwkowy 200ml (1,7,9,10)	Pomarańcza
PIĄTEK 20.12.2024r.	Pieczywo 60, masło 10g, ser żółty 40g, wędlina 40g, pomidor ze szczypiorkiem 22,5g, ogórek zielony 22,5g, miód 15g, herbata 200ml, kawa inka 200ml (1,3,4,7)	Fasolka po bretońsku 200g, bułka 1szt, woda mineralna 200ml (1,3,7,9,10)	Wafelek ryżowy