

JADŁOSPIS przedszkole

31.03.2025r. - 04.04.2025r.

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:

zioła 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 | KOLACJA |
|--|--|---|---------------------------|
| PONIEDZIAŁEK 31.03.2025r. | Pieczywo 75g, masło 10g, wędlina 40g, ogórek kiszony 22,5g, pomidor 25g, sałata zielona, dżem 30g, herbata 200ml, kakao 200ml (1,3,4,7) | Zupa pomidorowa z ryżem 200g, makaron z kiełbaską i cebulką 150g, kompot owocowy 200ml (1,3,7,9,10)owoc | Sok |
| WTOREK 01.04.2025r. | Pieczywo 75g, masło 10g, jajecznica ze szczypiorkiem 70g, wędlina 20g, ogórek zielony 25g, rzodkiewka 10g, pomidor 25g, bułka kajzerka, herbata 200ml, zupa mleczna- płatki owsiane 250ml (1,3,7) | Zupa grysikowa 200g, ziemniaki z koperkiem 125g, kotlet schabowy 50g, kapusta zasmażana 50g, kompot owocowy 200ml (1,3,7,9,10) | Kisiel owocowy |
| ŚRODA 02.04.2025r. | Pieczywo 75g, masło 10g, parówki na gorąco 60g, ketchup 10g, miód 15g, papryka czerwona 17,5g, pomidor 25g, serek topiony 25g, herbata 200ml, kawa inka 200ml (1,7,10) | Zupa warzywna 400g, pieczonki 150g, lemoniada 200ml (1,3,7,9,10) | Serek waniliowy Jabłko |
| CZWARTEK 03.04.2025r. | Pieczywo 75g, masło 10g, ser żółty 40g, ogórek kiszony 22,5g, pomidor 25g, kasza manna 250ml, 30g, herbata (1,3,4,7) | Krupnik z kaszy jęczmiennej 200g, kluski na parze z musem truskawkowym 150g, kompot owocowy 200ml (1,3,7,9,10)owoc | Mandarynka |
| PIĄTEK 04.04.2025r. | Pieczywo 75g, masło 10g, ser żółty 20g, wędlina 20g, ogórek zielony ze szczypiorkiem 22,5g, sałata zielona 10g, papryka żółta 17,5g, dżem 15g, herbata 200ml, kakao 200ml (1,3,4,7) | Zupa koperkowa z ziemniakami 200g, pierogi z jagodami pod pierzynką śmietankową 150g, woda mineralna 200ml (1,3,7,9,10) | Banan |