******** JADŁOSPIS PRZEDSZKOLE I ZERÓWKA

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| DATA | ŚNIADANIE | OBIAD | PODWIECZOREK |
| PONIEDZIAŁEK27.11.2023 | PŁATKI KUKURYDZIANE NA MLEKU ROŚLINNYM 200 G ***(MLEKO)***BUŁKA GRAHAMKA 30G[[1]](#endnote-1) ***(ZBOŻE),*** Z OLIWĄ Z OLIWEK 4 G PLASTREM WĘDLINY 20G,**SZWEDZKI STÓŁ:**JAJKO NA TWARDO -1 SZT. PAPRYKA KOLOROWA, OGÓREK ŚWIEŻY, KUKURYDZA, RUKOLA 50GHERBATA MALINOWA Z IMBIREM  150 ML | ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM I PIETRUSZKĄ, NIEZABIELANA 250 G***(SELER, ZBOŻE)***GYROS Z KURCZAKA 60G **(GORCZYCA)**PUREE ZIEMNIACZANE 100GSURÓWKA Z CZERWONEJ KAPUSTY W SOSIE WINEGRET 100GKOMPOT Z WINOGRON 150ML  | CHRUPKI KUKURYDZIANE -4SZT.SZKLANKA MLEKA ROŚLINNEGO 200ML OWOC DO DOMU |
| WTOREK28.11.2023 | PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU ROŚLINNYM 200G **(ZBOŻE)**BUŁKA GRAHAMKA 30G ***(ZBOŻE)*** Z OLIWĄ Z OLIWEJ 4G, PASZTET Z WOŁOWINY- WYRÓB WŁASNY 20GPAPRYKA W SŁUPKI, OGÓREK KISZONY, RZODKIEWKA, RUKOLA 50GHERBATA OWOCOWA Z MIODEM 150ML   | ZUPA OGÓRKOWA Z ZIEMNIAKAMI POSYPANA KOPERKIEMI,NIEZABIELANA 250 G ***(SELER)*** KASZA BULGUR 100 G ***(ZBOŻE)***I GULASZ WIEPRZOWY Z WARZYWAMI 60 GSURÓWKA Z KAPUSTY PEKIŃSKIEJ Z KUKURYDZĄ I PAPRYKĄ W SOSIE WINEGRET 100G KOMPOT WIELOOWOCOWY 150 ML | WAFLE RYŻOWE Z DŻEMEM 2 SZT.KAKAO NA MLEKU ROŚLINNYM200ML ***(KAKAO)*** |
| ŚRODA29.11.2023 | PŁATKI RYŻOWE NA MLEKU ROŚLINNYM 200 G KANAPKA NA SŁODKO: CHLEB TOSTOWY PSZENNY 30G **(ZBOŻE)** Z DŻEMEM OWOCOWYM 20G NAPAR Z MIĘTY I MIODU 150 ML | ZUPA JARZYNOWA Z BRUSELKĄ, POSYPANA PIETRUSZKĄ,NIEZABIELANA 250 G ***(SELER, ZBOŻE)***ZIEMNIACZKI PUREE Z KOPERKIEM 100 GI KOTLET DROBIOWY 60 G ***(ZBOŻE, JAJA)***SURÓWKA Z KAPUSTY KISZONEJ I MARCHEWKI 100G KOMPOT ŚLIWKOWY 150 ML |  SZKLANKA MLEKA ROŚLINNEGO 200ML PODPŁOMYKI 2 SZT.***(ZBOŻE)***OWOC DO DOMU  |
| CZWARTEK30.11.2023 | CHLEB SŁONECZNIKOWY **(ZBOŻA),** OLIWA Z OLIWEK 4G Z PASTĄ Z TUŃCZYKA 20G **(JAJA,RYBY)** I CHRUPIĄCYMI WARZYWAMI:OGÓREK KISZONY, RZODKIEWKA, PAPRYKA CZERWONA 50GSZKLANKA CIEPŁEGO MLEKA ROŚLINNEGO 200ML | ZUPA ŻUREK Z CHRZANEM I BIAŁĄ KIEŁBASKĄ, NIEZABIELANA 250 G ***(SELER, ZBOŻE)***KASZA JAGLANA 100 G ***(ZBOŻE)***I PULPECIKI RYBNE W SOSIE KOPERKOWYM BEZ MLEKA 60 G ***(RYBA, ZBOŻE)*** BURACZKI TARTE Z CEBULKĄ 100GKOMPOT WIŚNIOWY 150 ML | KASZA MANNA NA MLEKU ROŚLINNYM Z CYNAMONEM 200 G ***(ZBOŻE)***OWOC DO DOMU |
| PIĄTEK01.12.2023 | PŁATKI OWSIANE ***(ZBOŻE)*** NA MLEKU ROŚLINNYM 200GKROMKA CHLEBA WIELOZIARNISTEGO 30 G ***(ZBOŻE)*** Z OLIWĄ Z OLIWEK 4G, KIEŁBASĄ SUCHĄ KRAKOWSKĄ 20 G ***(SOJA),* SZWEDZKI STÓŁ:**POMIDORKI KOKTAJLOWE, PAPRYKA KOLOROWA, RUKOLA , OGÓREK ŚWIEŻY 50GHERBATA LIPTON Z CYTRYNĄ I MIODEM 150 ML | ZUPA Z CZERWOWNEJ SOCZEWICY, NIEZABIELANA 250 G (***ZBOŻE, SELER)***KASZA KUSKUS ZAPIEKANA Z JABŁKIEM I CYNAMONEM Z DODATKIEM MUSU ZE ŚWIEŻYCH OWOCÓW BEZ DODATKU MLEKA 210G ***(ZBOŻE)*** SURÓWKA Z MARCHEWKI I ANANASA 100GKOMPOT PORZECZKOWY 150 ML | ENERGETYCZNY KOKTAJL NA MLEKU ROŚLINNYM (BANAN, PŁATKI OWSIANE)200G**(ZBOŻE)**  |

BEZMLECZNY

**Zastrzegamy sobie prawo zmian w jadłospisie z przyczyn losowych lub technologicznych. Substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji zaznaczono wg załącznika II Dziennika Urzędowego Unii Europejskiej L 304/43. W ZSP w kuchni używa się: zboża zawierające gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasiona sezamu, orzechy. Każda potrawa może zawierać wyżej wymienione alergeny w podawanych potrawach.. Dzieci na dietach mają dostosowany jadłospis do indywidualnych potrzeb zdrowotnych.**

1. [↑](#endnote-ref-1)