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

Z ELIMINACJĄ GLUTENU

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| DATA | ŚNIADANIE | OBIAD | PODWIECZOREK |
| PONIEDZIAŁEK27.11.2023 | PŁATKI KUKURYDZIANE NA MLEKU KROWIM 200 G ***(MLEKO)***KROMKA CHLEBA BEZGLUTENOWEGO 30 G ***(ZBOŻE),*** Z MASŁEM 4 G ***(MLEKO),*** PLASTREM SERA ŻÓŁTEGO 20 G ***(MLEKO),*****SZWEDZKI STÓŁ:**JAJKO NA TWARDO -1 SZT. PAPRYKA KOLOROWA, OGÓREK ŚWIEŻY, KUKURYDZA, RUKOLA 50GHERBATA MALINOWA Z IMBIREM  150 ML | ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM BEZGLUTENOWYM I PIETRUSZKĄ, ZABIELANA 250 G ***(MLEKO, SELER)***GYROS Z KURCZAKA **(GORCZYCA)** 60GZ SOSEM CZOSNKOWYM **(MLEKO)** 15GPUREE ZIEMNIACZANE 100GSURÓWKA COLESLAW Z KUKURYDZĄ I PAPRYKĄ W SOSIE WINEGRET 100GKOMPOT Z WINOGRON 150ML  | SEREK HOMOGENIZOWANY WANILIOWY 150 G***(MLEKO)***CHRUPKI KUKURYDZIANE- 4SZT. OWOC DO DOMU |
| WTOREK28.11.2023 |  RYŻ NA MLEKU 200G **(MLEKO)** CHLEB BEZGLUTENOWY 30G, Z MASŁEM 4G ***(MLEKO),*** PASZTET Z WOŁOWINY- WYRÓB WŁASNY 20GPAPRYKA W SŁUPKI, OGÓREK KISZONY, RZODKIEWKA, RUKOLA 50GHERBATA OWOCOWA Z MIODEM 150ML   | ZUPA OGÓRKOWA Z ZIEMNIAKAMI POSYPANA KOPERKIEM 250 G ***(SELER)*** KASZA GRYCZANA 100 G I GULASZ WIEPRZOWY Z WARZYWAMI 60 GSURÓWKA Z CZERWONEJ KAPUSTY 100G ***(MLEKO)***KOMPOT WIELOOWOCOWY 150 ML | WAFLE RYŻOWE Z DŻEMEM 2 SZT.KAKAO NA MLEKU KROWIM 200ML ***(MLEKO, KAKAO)*** |
| ŚRODA29.11.2023 | PŁATKI RYŻOWE NA MLEKU KROWIM 200 G ***(MLEKO)***KANAPKA NA SŁODKO: CHLEB BEZGLUTENOWY 30G **(ZBOŻE)** Z DŻEMEM OWOCOWYM 20G NAPAR Z MIĘTY I MIODU 150 ML | ZUPA JARZYNOWA Z BRUSELKĄ, POSYPANA PIETRUSZKĄ, ZABIELANA 250 G ***(SELER, ,MLEKO)***ZIEMNIACZKI PUREE Z KOPERKIEM 100 GI KOTLET DROBIOWY SOUTE 60 G ***(JAJA)***SURÓWKA Z KAPUSTY KISZONEJ I MARCHEWKI 100G SOK ŚLIWKOWY 150 ML |  JOGURT NATURALNY Z PŁATKAMI MIGDAŁÓW  150 G***(MLEKO)***WAFLE RYŻOWE – 2 SZT. OWOC DO DOMU  |
| CZWARTEK30.11.2023 |  CHLEB BEZGLUTENOWY 60G, MASŁO 8G **(MLEKO)** Z PASTĄ Z TUŃCZYKA **(MLEKO,JAJA,RYBY)** 40G I CHRUPIĄCYMI WARZYWAMI:OGÓREK KISZONY, RZODKIEWKA, PAPRYKA CZERWONA 50GSZKLANKA CIEPŁEGO MLEKA **(MLEKO)** 200ML | ZUPA ŻUREK Z CHRZANEM I BIAŁĄ KIEŁBASKĄ, 250 G ***(SELER, ZBOŻE, MLEKO)***KASZA JAGLANA 100 G ***(ZBOŻE)***I PULPECIKI RYBNE W SOSIE KOPERKOWYM60 G ***(RYBA, ZBOŻE, MLEKO)***BURACZKI TARTE Z CEBULKĄ 100GKOMPOT WIŚNIOWY 150 ML | RYŻ NA MLEKU KROWIM Z CYNAMONEM 200 G ***(ZBOŻE,MLEKO)***OWOC DO DOMU |
| PIĄTEK01.12.2023 | PŁATKI KUKURYDZIANE NA MLEKU KROWIM 200 G ***(MLEKO)***KROMKA CHLEBA BEZGLUTENOWEGO 30 G ***(ZBOŻE)*** Z MASŁEM 4 G ***(MLEKO),*** 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, ZABIELANA 250 G ***(MLEKO, SELER)***MAKARON BEZGLUTENOWY ZAPIEKANA Z JABŁKIEM I CYNAMONEM Z DODATKIEM MUSU ZE ŚWIEŻYCH OWOCÓW 210G***(MLEKO)*** SURÓWKA Z MARCHEWKI I ANANASA 100GKOMPOT PORZECZKOWY 150 ML | ENERGETYCZNY KOKTAJL MLECZNY 200G**(MLEKO)** |

\*Zastrzegamy sobie prawo do zmian w jadłospisie \*Alergeny oznaczono pogrubioną czcionką
\***Substancje i 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.