

# JADŁOSPIS



## PAŹDZIERNIK 2019

### PRZEDSZKOLE/ ODDZIAŁY PRZEDSZKOLNE

#### **21.10.2019. (poniedziałek)**

Śniadanie: Płatki na mleku, chleb wieloziarnisty, chleb pszenno żytni, polędwica drobiowa , ogórek konserwowy. ( 7,1,\*)

Obiad: Zupa z kaszą jaglaną, ziemniaki, paluszki rybne (pieczone w piekarniku) , groszek z marchewką, kompot wieloowocowy.( 9,4,3,7)

Podwieczorek: Budyń waniliowy, Bułka kanapkowa, pasztet drobiowy.( 1,7,\*)

#### **22.10.2019. (wtorek)**

Śniadanie: Płatki na mleku, bułka kanapkowa, chleb wieloziarnisty, sałata, kielbasa szynkowa.( 7,1,\*)

Obiad: Zupa jarzynowa, kasza, pulpety w sosie pomidorowym, surówka z kapusty kiszzonej, sok 100%, . (7,9,3)

Podwieczorek: Jogurt naturalny z truskawkami, wafle ryżowe. ( 7,8,\*)

#### **23.10.2018. (środa)**

Śniadanie: Owsianka na mleku, chleb pszenno żytni, chleb wieloziarnisty, kielbaski grzane.( 7,1,\*)

Obiad: Rosół z makaronem, naleśniki z serem i musem truskawkowym, sok 0,2 100%, (1,9,6)

Podwieczorek: Bułka kanapkowa pszenna z masłem, wędlina, ogórek zielony. (1\*)

#### **24.10.2019. (czwartek)**

Śniadanie: Płatki na mleku, bułka kanapkowa pszenna, chleb wieloziarnisty, nutella ( 7,1,8)

Obiad: Zupa z zacierką, ryż ,filet z kurczaka (pieczony w rękawie) brokuł gotowany, sok 100%, (9,1,3\*)

Podwieczorek: Bułka kanapkowa pszenna, wędlina, pomidor, . ( 7,1,\*)

#### **25.10.2019. (piątek)**

Śniadanie: Płatki na mleku, chleb wieloziarnisty, bułka kanapkowa pszenna, jajecznica na maśle. ( 7,1,\*)

Obiad: Zupa kalafiorowa , chleb , makaron z serem, sok 100% (1,7, 9,3)

Podwieczorek: Galaretką z bananem, babka piaskowa.( 1,7,3\*)

**NAPOJE: HERBATA, WODA DOSTĘPNE PRZEZ CAŁY DZIEŃ**

**W związku z rozporządzeniem przekazujemy Państwu zamieszczone w jadłospisie alergeny oznaczone numerycznie.**

**Niżej została umieszczona instrukcja odczytywania liczby identyfikującej dany alergen, który będziemy zamieszczać przy danym posiłku.**

## **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.

\* Zgodnie z informacjami od producentów użyte produkty gotowe ( np. kakao, herbata, dżem, ketchup, koncentrat pomidorowy, produkty z mięsa) mogą zawierać śladowe ilości alergenów: glutenu, mleka łącznie z laktozą, jaj, soi, orzechów, selera i gorzycy.

Do przygotowania posiłków używane są przyprawy: sól morską jodowaną, pieprz, pieprz ziołowy, papryka słodka, papryka ostra, czosnek, majeranek, cebula, bazylija, kolendra, gorczyca, kurkuma, imbir, oregano, tymianek, liść laurowy, rozmaryn, pieprz zielony.

