

Szkoła i Przedszkole Tęcza

25.10-29.10.2021r.

Dieta Podstawowa przedszkole

	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
PONIE-DZIAŁEK	Herbata owocowa 200ml Zupa mleczna kasza kukurydziana 200ml(mleko) chleb mieszany (pszenica, żyto,jajka) Masło 10g, (mleko) ser żółty 10 g (mleko) ogórek10g, pomidor 10g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 250ml (seler) Drugie Danie 280g Leczo z warzywami i kielbasą i ziemniakami kompot owocowy	Mus Owocowy
WTOREK	Herbata z cytryną 200ml Kakao 200 ml, (mleko) Chleb mieszany (pszenica, żyto,jajka) Masło 10g, (mleko) pasta rybna z jajkiem, 10g (mleko, jajko, ryba) szynka drobiowa 10g pomidor 15g,	Kapuśniak z ziemniakami 250ml(seler,) Drugie Danie 280g kotlet mielony, ziemniaki, buraki (mleko, jajka, pszenica) Kompot owocowy	Jogurt z owocami i pałeczka kukurydziana (mleko)
ŚRODA	Herbata z ziołowa 200ml Zupa Mleczna kasza manna 200 ml, (mleko) Pieczywo mieszane (pszenica, żyto,) Masło 10g, (mleko) ser biały ze szczypiorkiem 10g (mleko) szynka 15g, ogórek 15g,	Zupa Krupnik z kaszą i ziemniakami 250ml (seler, mleko, pszenica) Drugie Danie 280g Makaron z gulaszem i surówką z kapusty kiszonej (mleko, pszenica, jajka) kompot owocowy	budyń z malinami (mleko)
CZWARTEK	Herbata z owocowa 200ml Płatki Owsiane na mleku 200 ml, (mleko, pszenica) Pieczywo mieszane (pszenica, żyto,jajka) Masło 10g, (mleko) ser żółty 10g (mleko) Jajecznica na maśle (jajko, mleko) pomidor, rzodkiewka 15g	Zupa Ogórkowa z ziemniakami 250ml (seler) Drugie Danie 300g Naleśniki z białym serem 2 szt (mleko) Kompot owocowy	Kisiel z owocami,
PIĄTEK	Herbata z rumianku 200ml Kasza Manna na Mleku 200 ml, (mleko,pszenica) Chałka (mleko,pszenica, jajka) Pieczywo mieszane (pszenica, żyto,jajka) Masło 10g, (mleko) ser żółty10g, (mleko) Dżem 15g , ogórek 10g, szczypiorek	Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami 250ml(seler, pszenica) Drugie Danie 300g Kotlety rybne z ziemniaki i surówka z kapusty białej Kompot (mleko,pszenica, jajko)	ciasto drożdżowe z kruszonką i owocami (mleko,pszenica, jajko)

Pogrubioną Trzcionką **opracowane alergeny** zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011. W zakładzie produkcyjnym używa się zboża zawierające gluten, jaja i pochodne, ryby i pochodne, seler i pochodne, sezam orzechy ziemne, soja i pochodne, gorczyca, Każda Potrawa może zawierać śladowe ilości w/w Alergenów, Jadłospis opracowany dla dzieci z zapotrzebowaniem energetycznym 1400 kcal.

Wszystkie potrawy przygotowywane są z naturalnych składników bez dodatków glutaminianu sodu i sztucznych barwników.