**JADŁOSPIS 02.12.2024 – 06.12.2024**

|  |
| --- |
| **PONIEDZIAŁEK 02.12.2024** |
| *Kakao na* ***mleku*** *200ml ,* ***chleb graham*** *60g z masłem* ***(mleko) 8g****, szynka 20g sałata 2g, ogórek kiszony. 20g, pomidor 20g , szczypior 2g, herbata zielona 200ml* | *Makaron z* ***mąką pełnoziarnistą****, serem* ***twarogowym****, polewa* ***jogurtowa*** *z malinami 220g (****pszenica-gluten, jaja, mleko)****, marchewki 30g, kompot z aronii 200ml* | *Zupa brokułowa z ziemniakami i natką pietruszki 250ml ( marchew, pietruszka, por, sól, pieprz, liść laurowy,* ***seler, mleko******Bułka z masłem, 30g/5g,*** *z jajkiem, rzodkiewka, szczypiorek, jabłko* |
| **WTOREK 03.12.2024** |
| *Płatki owsiane( owies,przenica-****gluten****) na*  ***mleku*** *200ml, chleb pszenno-żytni (mąka pszenna* ***-gluten z mąki pszennej****, drożdże, sól)* ***masłem 4g, serem żółtym 20g****, rzodkiewka 10g, ogórek 10g, szczypior 2g, herbata malinowa 200ml**Jabłko ½ szt* |  *Ziemniaki z koperkiem 130g, filet z kurczka (****jaja,pszenica-gluten)*** *60g , surówka z kapusty pekińskiej z papryką, szczypior, marchewką z oliwą z oliwek (cytryna,przyprawy) 50g , kompot ze śliwek 200ml* | *Zupa ryżowa na rosole 250m ( por, pietruszka, marchew, natka pietruszki, pieprz, sól,* ***seler)*** *Kefir truskawkowy (****mleko****)150ml, biszkopty 2szt* ***(****mąka pszenna -****gluten z pszenicy, mleko )*** |
| **ŚRODA 04.12.2024** |
| ***Kakao*** *na* ***mleku)*** *200ml* ***chleb graham*** *60g chleb pszenno-żytni 60 g (mąka pszenna-żytnia* ***gluten*** *) z pastą z kurczaka (****gorczyca,jaja,mleko****)20g, papryka 20g, szczypior 10g, ogórek 10g, herbata rumiankowa 200ml* | *Ryż curry z warzywami (papryka, marchewka, cebula, czosnek, groszek, kukurydza), kalarepki-słupki, kompot z 200ml* | *Zupa ogórkowa z ziemniakami , natką pietruszki 250ml (włoszczyzna, sól, pieprz, liść laurowy,* ***seler)*** *Sok jednodniowy (marchewka, jabłko, pomarańcza, wiśnia) 150 ml, rogal maślany* |
| **CZWARTEK 05.12.2024** |
| *Kawa inka zbożowa (jęczmień* ***-gluten z jęczmienia****, żyto-* ***gluten z żyta****, cykoria na* ***mleku)*** *200ml****,*** *chleb razowy -****gluten z mąki pszennej*** *60 g, z masłem* ***-mleko*** *8g, kiełbasa krakowska 20g , sałata 2g, pomidor 20g, szczypiorek2g herbata zielona 200ml* | *Ziemniaki z koperkiem 130g, paluszki rybne (****dorsz,miruna,jaja,gluten),*** *surówka z kapusty kiszonej z żurawiną (cebula, olej rzepakowy, sól, pieprz) 50g**, kompot z rabarbaru 200ml*  | *Zupa pomidorowa z makaronem250ml ( liść laurowy, ziele angielskie,* ***gluten****,* ***mleko,*** *włoszczyzna-****seler)*** *Chałka (****zakwas pszenny (mąka pszenna, masło,*** *cukie****r, jaja,*** *drożdże piekarskie, woda, sól.) z masłem 4g ,konfiturą wiśniowa bez cukru,* *jabłka* 100g |
| **PIĄTEK 06.12.2024** |
| *Płatki kukurydziane* ***na mleku*** *200 ml (****gluten,mleko****), chleb wieloziarnisty -****gluten z mąki pszennej*** *30 g* *z masłem* ***-mleko*** *4g****, twarożek*** *20g, rzodkiewka 10g, ogórek 20g,szczypiorek 2g herbata rooibos 200ml**Mandarynka* | *Kasza jęczmienna (****gluten****) 50 g, gulasz w sosie pieczeniowym 60g/50ml, sałatka z buraczków i cebulki 50g , kompot z jabłek 200 ml* | *Zupa z groszku zielonego z ziemniakami i natką pietruszki 250 ml ( por, marchew, pietruszka, por ,sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, natka pietruszki,* ***seler, mleko)****Kisiel z jagodami goji, 150g, sucharki 2 szt (****gluten****), gruszka ½ szt* |

***Wykaz substancji i produktów powodujących alergie lub nietolerancje pokarmowe wykorzystanych do przygotowania posiłków na terenie naszej kuchni zaznaczono pogrubioną czcionką.***

Rozp. PEiR Nr 1169/2011 z dn. 25.10.11r*. w sprawie przekazywania konsumentom informacji na temat żywności.* Załącznik Nr II **Dla dzieci o zapotrzebowaniu energetycznym 1000-1400 kcal na dobę\*W zakładzie używane są substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji, które mogą dostać się do produktu gotowego w ilościach śladowych na skutek reakcji krzyżowych \*mleko, sezam, ziarna zbóż zawierających gluten, seler, jaja, soja, ryba, gorczyca, kakao.** *Do przygotowania potraw na ciepło używamy oleju rzepakowego, natomiast do surówek i sałatek oleje nierafinowane np. oliwa z oliwek, rzepakowy, lniany .*

 ***Woda mineralna jest dostępna dla dzieci w czasie pobytu w przedszkolu.***