

**Jadłospis 09.12-13.12.2024 – Przedszkole Publiczne w Wolczynie, ul. Sienkiewicza 4**

<b>Dzień tygodnia</b>	<b>Śniadanie</b>	<b>Obiad</b>	<b>Podwieczorek</b>
<b>Poniedziałek</b>	Chleb firmowy z masłem, jajecznicą ze szczypiorkiem, herbata z cytryną, mix warzyw Alergeny 1,3,7	Zupa jarzynowa z zieloną pietruszką, steki z ziemniakami, sałatka z buraczków, kompot wieloowocowy Alergeny 1,3,7,9	Chałka z masłem i miodem, mleko, owoc Alergeny 1,3,7
<b>Kalorie</b>	<b>316</b>	<b>622</b>	<b>201</b>
<b>Wtorek</b>	Chleb graham z masłem, kiełbasą dębicką, ogórek zielony, kawa zbożowa z mlekiem, herbata z cytryną, mix warzyw Alergeny 1,3,7	Rosolnik na wywarze drobiowym z grysikiem i zieloną pietruszką, makaron z twarogiem, cukrem i cynamonem, kompot wieloowocowy Alergeny 1,3,7,9	Chleb saski z masłem, pomidorem i rzodkiewką herbata miętowa, owoc Alergeny 1,3,7
<b>Kalorie</b>	<b>318</b>	<b>617</b>	<b>206</b>
<b>Środa</b>	Chleb firmowy z masłem, kiełbaski śląskie, ketchup, kawa inka z mlekiem, herbata z cytryną, mix warzyw Alergeny 1,3,7,9	Zupa z soczewicy z kiełbasą i z zieloną pietruszką, leczo warzywne, ryż, kompot wieloowocowy Alergeny 1,3,7,9	Budyń śmietankowy (wyrób własny) biszkopty herbata owocowa owoc Alergeny 1,3,7
<b>Kalorie</b>	<b>332</b>	<b>638</b>	<b>209</b>
<b>Czwartek</b>	Chleb helios z masłem, szynką gotowaną, sałata zielona, herbata z cytryną, mix warzyw Alergeny 1,3,7	Zupa krem z białych warzyw z grzankami, pieczeń w sosie własnym, ziemniaki, sałatka z ogórków kiszonych, kompot wieloowocowy Alergeny 1,3,7,9	Chleb graham z masłem, twarogiem i szczypiorkiem herbata owocowa, owoc Alergeny 1,3,7
<b>Kalorie</b>	<b>309</b>	<b>635</b>	<b>215</b>
<b>Piątek</b>	Chleb firmowy z masłem, pasta rybna z makreli i jajka, herbata z cytryną, mix warzyw Alergeny 1,3,4,7	Zupa ogórkowa z zieloną pietruszką, ryż zapiekany z jabłkiem, kompot wieloowocowy Alergeny 1,3,7,9	Bułka słodka z makiem, herbata z cytryną, owoc Alergeny 1,3,7
<b>Kalorie</b>	<b>336</b>	<b>599</b>	<b>273</b>

*Intendent zastrzega sobie prawo do modyfikacji w jadłospisie*

Woda mineralna niegazowana dostępna dla dzieci przez cały dzień.

Do przygotowania posiłków używane są przyprawy naturalne: pieprz, pieprz ziołowy, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, tymianek, oregano, bazylika, kurkuma, zioła prowansalskie, papryka słodka, gałka muszkatołowa oraz sól o obniżonej zawartości sodu –zgodnie z wymogami żywieniowymi dla danej grupy wiekowej. Wszystkie zupy przygotowujemy na naturalnym wywarze drobiowym lub wieprzowym. Gotowe produkty (inf. od producentów), np. :kakao, kawa zbożowa, herbata, koncentrat pomidorowy, dżemy, ketchup, wędliny mogą zawierać śladowe ilości alergenów (gluten, laktoza, soja, orzechy, seler, gorczyca)

Intendent: Krystyna Woźnik - Polanowska