

Jadłospis dla Przedszkola nr 11 - ul. Stanisławowska 38-44

Jadłospis dla diety bezmlecznej



Śniadanie

Zupa + owoc

Drugie danie

Podwieczorek

Poniedziałek

02.06

Płatki żytnie na mleku owsianym (1) 200ml, Chleb graham (1) 50g z masłem roślinnym 8g, Gouda bez alergenów 20g, Połówki rzodkiewki 15g, Herbatka truskawkowa 200ml

Zupa z naturalnie kiszonych ogórków z ziemniakami i zieloną natką pietruszki (1,9) 250ml
BRZOSKWINIA

NOWOŚĆ: Gnocchi z delikatnym włoskim sosem z mięsem mielonym z szynki wieprzowej i warzywami (1,9) 150g/150g Mix sałat z dipem ziołowym 35g Kompot wieloowocowy 200ml

Pieczewo maca (1) z dżemem truskawkowym 2szt.

Wtorek

03.06

WYCIECZKA 😊

Środa

04.06

Płatki kukurydziane na mleku sojowym (6) 200ml Chleb słonecznikowy (1) 50g, z masłem roślinnym 8g Szynka z liściem (1) 30g, Łódzki pomidor 15g, Herbatka rooibos 200ml

Rosół z makaronem z pszenicy twardej i zieloną natką pietruszki (1,9) 250ml
ARBUZ

Filet drobiowy w sezamowej panierce (1,3,11) 60g Ziemniaki z koperkiem 150g, Surówka z tartej marchewki z jabłkiem 35g, Mizeria z ogórków i rzodkiewek 35g, Kompot wieloowocowy 200ml

Galaretka owocowa własnego wyrobu 150g

Czwartek

05.06

Płatki ryżowe na mleku migdałowym (8) 200ml Chleb wiejski (1) 50g z masłem roślinnym pasta jarzynowa własnego wyrobu 20g, Ogórek zielony 10g, Kolorowa papryka 10g, Herbatka malinowa 200ml

NOWOŚĆ: Krem z botwinki z ziarnami i zieloną natką pietruszki (1,9) 250ml
TRUSKAWKI

Gulasz wieprzowo - warzywny w sosie własnego wyrobu (1) 120g Kasza kuskus (1) 150g, Marchewka z groszkiem na ciepło (1) 35g, Surówka z tartego selera (9) 35g kompot wieloowocowy 200ml

Kolorowe warzywa w słupkach 60g

Piątek

06.06

SZWEDZKI STÓŁ
Pieczewo mieszane (1) 60g, Kiełbasa krakowska sucha (1) 30g, gouda bez alergenów 30g, pasta jajeczna z groszkiem zielonym własnego wyrobu (3) 20g, dżem brzoskwiniowy niskosłodzony 20g sałata masłowa, rzodkiewka, pomidor 30g, Kawa inka (1) na mleku owsianym (1) 200ml

Zupa pomidorowa z makaronem i zieloną natką pietruszki (1,9) 250ml
JABŁKO

Pierogi z owocami (1) 4szt. kompot wieloowocowy 200ml

Kolorowy szaszłyk owocowy z ananasa, melona zielonego, borówki i truskawki 1szt.

W jadłospisie oznaczone zostały alergeny zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011: 1. Zboża zawierające gluten, 2. Skorupiaki i produkty pochodne, 3. Jaja i produkty pochodne, 4. Ryby i produkty pochodne, 5. Orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6. Soja i produkty pochodne, 7. Mleko i produkty pochodne, 8. Orzechy, 9. Seler i produkty pochodne, 10. Gorczyca i produkty pochodne, 11. Sezam i produkty pochodne, 12. Dwutlenek siarki i siarczyny, 13. Łubin i produkty pochodne, 14. Mięczaki i produkty pochodne.

Jadłospis został przygotowany przez dietetyka mgr inż. Ewelinę Pawełkę