

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

Jadłospis dla diety bezmlecznej



 rettman	Śniadanie	Zupa + owoc	Drugie danie	Podwieczorek
Poniedziałek 28.10	Płatki zbożowe na mleku owsianym (1) 200ml, Chleb kukurydziany (1) 50g z masłem roślinnym 8g, Goudą bez alergenów 20g, sałatą masłową 5g, i czerwoną papryką 10g, Herbatka truskawkowa 200ml	Krupnik z drobną kaszą jęczmienną i zieloną natką pietruszki (1,9) 250ml GRUSZKA	Makaron spaghetti (1) z sosem bolońskim własnego wyrobu z ciecierzycą i kolorowymi warzywami (1,9) 150g/150g, kompot wieloowocowy 200ml	Veka (1) z dżemem niskosłodzonym 2szt.
Wtorek 29.10	Kasza manna na mleku migdałowym z kleksem musu owocowego własnego wyrobu (1,8) 200ml Chleb graham (1) 50g z masłem roślinnym 8g, Szynka drobiowa (1) 20g, Słupki ogórka zielonego 15g, Herbatka biała 200ml	Barszcz ukraiński z fasolą i zieloną natką pietruszki (1,9) 250ml BANAN	Naleśniki na mleku ryżowym z dżemem owocowym niskosłodzonym (1,3) 2szt. kompot wieloowocowy 200ml	Warzywa w słupkach do chrupania 60g
Środa 30.10	Bułka pszenna (1) 1szt. masłem roślinnym 8g i rozponką 5g, Jajecznica na masle roślinnym (3) 80g, Połówki rzodkiewki do chrupania 15g, Kakao na mleku sojowym (6) 200ml	Zupa koperkowa z makaronem grandine i zieloną natką pietruszki (1,9) 250ml KIWI	Pulpeciki na raz (1,3) 3szt. w sosie pomidorowo (1) 60g, Kasza gryczana 150g, Surówka z tartej marchewki 35g, Surówka z selera z jabłkiem 35g (9) kompot wieloowocowy 200ml	Mus owocowy własnego wyrobu 150g
Czwartek 31.10	Płatki orkiszowe na mleku owsianym (1) 200ml, Chleb wiejski (1) z masłem roślinnym 8g, Szynka z liściem (1) 20g, Łódeczki pomidora 15g, Herbatka miętowa 200ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami z zieloną natką pietruszki (1,9) 250ml JABŁKO	Pałka z kurczaka z pieca (1) 1szt., Ziemniaki z koperkiem 150g, Surówka z buraczków 35g, Kapusta na ciepło z koperkiem i szczypiorkiem (1) 35g kompot wieloowocowy 200ml	Kisiel owocowy własnego wyrobu 150g chrupki kukurydziane 2szt.,
Piątek 01.11	UROCZYŚĆ WSZYSTKICH ŚWIĘTYCH			

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