

**JADŁOSPIS Przedszkole Szkoła Drzonków 11.09.2023 – 15.09.2023**

Dzień tygodnia	I śniadanie		II śniadanie/podwieczorek		Obiad	
Poniedziałek 11.09.2023r.	Płatki kukurydziane z mlekiem (1,7) Pieczywo pszenno- żytnie (1,7) z masłem (7) Wędlina drobiowa (3,7) Ser żółty (7) Pomidor Herbata	200 ml 50 g/10g 20g 20g 20g 150ml	Pomarańcza	100g	Zupa kalafiorowa (1,7,9) Łazanki z mięsem i kapustą(1,3,7) Woda	300ml 300 g 200 ml
	384 kcal		64 kcal		615 kcal	
Wtorek 12.09.2023r.	Herbata Pieczywo pszenno-żytnie (1,7) z masłem( 7) Pasta twarogowa z tuńczykiem (1,7) Wędlina sucha (3,7) Rzodkiewka	200ml 50 g/10g 30g 20g 20g	Budyń waniliowy z sokiem owocowym (7)	150g	Zupa krupnik (1,7,9) Pulpety w sosie własnym Ziemniaki z koperkiem Buraczki Woda	300ml 150 g 200g 150g 200 ml
	328 kcal		142 kcal		655 kcal	
Środa 13.09.2023r.	Kasza jaglana na mleku (7) Pieczywo pszenno-żytnie (1,7) z masłem Ser żółty, Ogórek świeży, pomidor Herbata	200ml 50g/10g 20g, 20g,/20g 150 ml	Jabłko	100g	Kapuśniak (1,7,9) Pierogi ruskie ze śmietaną (1,3,7) Woda	300ml 300g/20g 200 ml
	412 kcal		89 kcal		644 kcal	
Czwartek 14.09.2023r.	Kawa inka z mlekiem (7) Pieczywo pszenno-żytnie (1,7) z masłem (7) Paszтет własnej produkcji Ogórek kiszony, sałata Herbata	200ml 50g/10g 30g 20g/2g 150ml	Kisiel z owocami Wafel kukurydziane	150g 10g	Zupa barszcz czerwony (1,7, 9) Schab duszony w sosie własnym (1, 3, 7) Kasza Surówka marchewka z jabłkiem Woda	300 ml 150g/50g 200g 150g 200ml
	390 kcal		117 kcal		632 kcal	
Piątek 15.09.2023r.	Kakao (1,7) Pieczywo pszenno-żytnie (1,7) z masłem ( 7) Sałatka jarzynowa (9) Ser żółty (7) Papryka Herbata	200ml 50g/10g 30g 20g 20g 150 ml	Ciasto marchewkowe (1,7)	60g	Rosół z makaronem (1,3,7,9) Ryba w panierce (1,3,4,7) Ziemniaki z koperkiem Surówka z kiszonej kapusty Woda	300 ml 150 g 200 g 150 g 200 ml
	312 kcal		183 kcal		634 kcal	

Zastrzega się zmiany w jadłospisie. Wykaz alergenów w załączeniu.

### **Wykaz substancji i produktów powodujących alergię lub reakcje nietolerancji**

1. Zboża zawierające gluten
2. Skorupiaki i produkty pochodne
3. Jaja i produkty pochodne
4. Ryby i produkty pochodne
5. Orzeszki ziemne (arachidowe)
6. Soja i produkty pochodne
7. Mleko i produkty pochodne
8. Orzechy
9. Seler i produkty pochodne
10. Gorczyca i produkty pochodne
11. Nasiona sezamu i produkty pochodne
12. Dwutlenek siarki
13. Łubin
14. Mięczaki

Uwaga!

W diecie dzieci uczulonych na laktozę ( dieta beznabiałowa) używamy zamiast mleka krowiego mleka roślinnego , zamiast masła tłuszczu roślinnych.