**JADŁOSPIS**

**TYGODNIOWY**

|  |
| --- |
| **PRZEDSZKOLE nr 64 „Ekoludek”** |
| DZIEŃ | **ŚNIADANIE** | **ZUPA + PODWIECZOREK** | **DRUGIE DANIE** |
| **PON****29.04.****2024** | Kasza manna na mleku 200 mlChleb wieloziarnisty z masłem 35g/5gPolędwica sopocka 20gPomidor , sałata zielona 20g/5gHerbata malinowa z cytryną 200ml | Zupa pieczarkowa z makaronem i natką pietruszki 250ml Jogurt naturalny z otrębami orkiszowymi , bananem i żurawiną Maca pszenna tradycyjna | Jajko sadzone ze szczypiorkiem Ziemniaki z koperkiem 180 gKolorowa fasolka szparagowa ( żółta i zielona) z masełkiem i bułką tartą 80gKompot owocowy ( jabłko , mieszanka kompotowa ) 200 ml) |
| **WT****30.04****2024** | Płatki kukurydziane na mleku 200 mlChlebżytni z masłem 35g/5gKiełbasa krakowska sucha wieprzowa 20g , ser kozi 5g Ogórek kiszony , papryka czerwona 20g/20gHerbata rumiankowa  | Barszcz Ukraiński z fasolką Jaś białą kapustą , ziemniakami i natką pietruszki 250mlCiasteczka owsiane bez cukrumandarynka Woda mineralna  | Gulasz z indyka w sosie szpinakowym z dodatkiem serka typu feta 140gKasza kuskus 130gSurówka z marchwi i jabłka z jogurtem naturalnym 80gSok warzywno-owocowy „ pomarańczowa kraina ” ( pomarańcze , seler , jabłko ) 200 ml |
|  | ŚWIĘTO  | PRACY | 1 MAJA |
| **CZW****02.05.****2024** | Kanapki z chleba razowego z masłem 60g/10g z pastą z twarożku , posypane szczypiorkiem i tartą rzodkiewkąHerbata owocowa  | Zupa jarzynowa z ziemniakami 250 mlSoczek 100% owoców 0,2 lChrupka kukurydziana świderek | Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem z polewą jogurtową 180g/50gMarchewka do chrupaniaHerbata owocowa |
|  | ŚWIĘTO  | KONSTYTUCJI | 3 MAJA |

|  |
| --- |
|  **Alergeny zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 wymienione na drugiej stronie.** |
| W kuchni używa się: zboża zawierające **gluten, seler, gorczycę, soje, mleko, jaja, ryby, orzechy, migdały i nasiona sezamu** .Każda potrawa może zawierać wyżej wymienione alergeny. Woda mineralna n/g podawana jest dzieciom bez ograniczeń.Dyrektor zastrzega możliwość wprowadzenia zmian w jadłospisie. |

 Dyrektor Intendent