**JADŁOSPIS**

**TYGODNIOWY**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **PRZEDSZKOLE nr 64 „Ekoludek”** | | | |
| DZIEŃ | | **ŚNIADANIE** | **ZUPA + PODWIECZOREK** | **DRUGIE DANIE** |
| **PON**  **29.04.**  **2024** | | Kasza manna na mleku 200 ml  Chleb wieloziarnisty z masłem 35g/5g  Polędwica sopocka 20g  Pomidor , sałata zielona  20g/5g  Herbata 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 g  Kolorowa fasolka szparagowa ( żółta i zielona) z masełkiem i bułką tartą 80g  Kompot owocowy ( jabłko , mieszanka kompotowa ) 200 ml) |
| **WT**  **30.04**  **2024** | | Płatki kukurydziane na mleku 200 ml  Chlebżytni z masłem 35g/5g  Kiełbasa krakowska sucha wieprzowa 20g , ser kozi 5g  Ogórek kiszony , papryka czerwona 20g/20g  Herbata rumiankowa | Barszcz Ukraiński z fasolką Jaś białą kapustą , ziemniakami i natką pietruszki 250ml  Ciasteczka owsiane bez cukru  mandarynka  Woda mineralna | Gulasz z indyka w sosie szpinakowym z dodatkiem serka typu feta 140g  Kasza kuskus 130g  Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem naturalnym 80g  Sok 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 rzodkiewką  Herbata owocowa | Zupa jarzynowa z ziemniakami  250 ml  Soczek 100% owoców 0,2 l  Chrupka kukurydziana świderek | Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem  z polewą jogurtową 180g/50g  Marchewka do chrupania  Herbata 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