



**Szkoła Podstawowa
im. Piastów Śląskich
w Chrzastawie Wielkiej**



Jadłospis przedszkolny 15-19.04.2024

	Śniadanie	Obiady	Podwieczorek
Poniedziałek	<p>Biała kawa zbożowa 200 g (żyto, jęczmień, mleko) Chleb pszenno-żytni 35g (pszenica, żyto) Chleb razowy 35g (pszenica, żyto) Masło 7 g (mleko) Kremowa pasta z tuńczyka 20g (ryba, mleko) Serek biały, tuńczyk, ogórek kiszony, przyprawy Ser żółty gouda 20g (mleko) Warzywa 50g (papryka, ogórek, sałata)</p>	<p>Kapuśniak z kielbaską 200 g (seler, mleko) <i>Włoszczyzna, kapusta kiszona, kielbaska podwawelska, przyprawy</i> Ryż z jabłkiem i polewą waniliową 300g (mleko) <i>Jabłka prażone, ryż, jogurt naturalny, cukier waniliowy</i> Woda z cytryną 200 ml</p>	<p>Frytki warzywne z sosem ziółowym 100g (mleko) <i>Papryka, marchewka, ogórek, jogurt naturalny, przyprawy</i> Gruszka 100g</p>
Wtorek	<p>Mleko z miodem 200 ml (mleko) Chleb pszenno-żytni 35 g (pszenica, żyto) Chleb żytni bez drożdży 35g (żyto) Masło 3,5g (mleko) Szynka z indyka 20g Mozzarella z pomidorem 60g (mleko) <i>Mozzarella, pomidor, przyprawy, oliwa z oliwek</i> Sałata</p>	<p>Zupa ogórkowa 200g (mleko, seler) <i>Włoszczyzna, ogórki kiszane, ziemniaki, śmietana 18% tł., jogurt naturalny 2% tł., przyprawy</i> Spaghetti bolognese 250g (pszenica) <i>Makaron, mięso mielone wieprzowe, pomidory krojone, włoszczyzna, przyprawy</i> Kompot owocowy 200 ml</p>	<p>Kisiel jagodowo-wiśniowy z pokruszonym herbatnikiem i orzechami 130g (pszenica, mleko, orzech laskowy) <i>Owoce, skrobia ziemniaczana, cukier, herbatniki, orzechy</i></p>
Środa	<p>Kasza manna z mussem owocowym 200g (mleko, pszenica) <i>Kasza manna, mleko 2% tł, truskawki</i> Bułka kajzerka (pszenica) 50g Masło 5g (mleko) Parówka z kurczaka 50g Ketchup dla dzieci 30g g (seler) Warzywa 50g (pomidor, ogórek) Herbata owocowa</p>	<p>Zupa z cukinii, soczewicy i kalafiora 200 g (pszenica, seler, mleko) <i>Włoszczyzna, ziemniaki, cukinia, soczewica, kalafior, śmietana 18% tł, jogurt naturalny 2% tł, przyprawy</i> Pierogi ruskie 160g (pszenica, mleko, jajo) Jogurt naturalny 50g (mleko) Surówka marchewka z jabłkiem 80g <i>Marchewka, jabłko, cytryna, cukier</i> Woda z cytryną 200 ml</p>	<p>Chlebek bananowy 60g (pszenica, jajo) <i>Banany, mąka, cukier, olej, jajo</i> Kiwi 1 sztuka</p>

Czwartek	<p>Kakao 200ml (mleko) Chleb pszenno-żytni 35g (pszenica, żyto) Chleb orkiszowy 35g (pszenica orkisz) Masto 7g (mleko) Pasta jajeczna z rzodkiewką 40g (jajo, mleko) <i>Jajo, rzodkiewka, majonez, jogurt naturalny</i> Dżem truskawkowy 20g Warzywa 50g (papryka czerwona, sałata)</p>	<p>Zupa pomidorowa zabelana z makaronem 200 g (mleko, seler, pszenica) <i>Włoszczyzna, makaron, koncentrat pomidorowy, śmietana 18%tł., jogurt naturalny, przyprawy</i> Potrawka z indyka z warzywami 200g (mleko, seler, pszenica) <i>Pierś z indyka, włoszczyzna, groszek zielony, śmietana 18% tł, przyprawy</i> Kasza gryczana 125 g Buraczki gotowane 80g (jajo, gorczyca, mleko) <i>Kapusta biała, marchew, majonez, jogurt naturalny 2% tł.</i> Woda z cytryną bez cukru 200 ml</p>	<p>Koktajl bananowo-malinowy na maślanie 200 ml (mleko) <i>maślanka, banany, maliny</i> Chatka drożdżowa 30g (pszenica, mleko, jajo)</p>
Piątek	<p>Jaglanka na mleku 200 ml (mleko, orzechy) <i>Płatki jaglane, mleko 2% tł, jabłko, rodzynki, orzech włoski</i> Chleb żytni bez drożdży 35g (żyto) Masto 3,5g (mleko) Twarożek bazyliowy 30g (mleko) Warzywa 50g (pomidor, ogórek)</p>	<p>Krem dyniowy z pestkami dyni 200g (mleko, seler) <i>Dynia, ziemniaki, marchew, cebula, śmietanka 30% tł, przyprawy</i> Pulpet rybny w sosie pomidorowym 180g (ryba, bułka tarta, jajo, seler) <i>Miruna, panierka, pomidory krojone, marchewka, przyprawy</i> Ryż paraboliczny 125g Mizeria 80g (mleko) <i>Ogórek, kefir, jogurt naturalny, przyprawy</i> Kompot owocowy 200 ml</p>	<p>Paluszek serowy (mleko) 20g Mandarynka 1 sztuka Wafle ryżowe 10g</p>

Zaznaczono alergeny występujące w posiłkach zgodnie z Rozporządzeniem nr 1169/2011 w sprawie przekazywania informacji konsumentom na temat żywności.

Jadłospis opracowano zgodnie z wytycznymi Rozporządzenia Ministra Zdrowia z dnia 26 lipca 2016r. w sprawie grup środków spożywczych przeznaczonych do sprzedaży dzieciom i młodzieży w jednostkach systemu oświaty oraz wymagań, jakie muszą one spełniać.

Szkoła zastrzega możliwość zmiany jadłospisu z przyczyn losowych i technologicznych.

Szczegółowy wykaz wszystkich składników produktów spożywczych i dań dostępny na życzenie u intendenta.

Smacznego!

