

Jadłospis - Przedszkole Publiczne w Pierścicu z oddz. zamiejscowymi w Kowalach			
Okres		08.01.2024 - 26.01.2024	
Dieta		Podstawowa	
Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
08.01.2024 Poniedziałek	Wek,masło,kielbasa krakowska ,pomidor,szczypiorek Kakao II Śniadanie:Jabłko AL;GLUTEN,MLEKO,SOJA	Zupa brokułowa z kaszą perłową Pierogi z mięsem,polane cebulką z olejem Kompot wieloowocowy AL;SELER,GLUTEN,JAJA,MLEKO	Budyń pieczone jabłko z cynamonem,gruszka AL,MLEKO
09.01.2024 Wtorek	Zupa mleczna z zacierką Chleb staropolski,masło,pasta ze słonecznika,kielki rzodkiewki,ogórek zielony II Śniadanie:Mandarynka AL,MLEKO,JAJA,GLUTEN	Pieczarkowa z ryżem Makaron z kurczakiem,szpinakiem,suszonymi pomidorami i mascarpone Kompot z jabłek AL;SELER,GLUTEN,MLEKO	Ciasto marchewkowe(wyrób własny) Herbata owocowa AL;GLUTEN,JAJA,MLEKO
10.01.2024 Środa	Kiełbaski na ciepło,chleb betlejemski,masło,keczup,musztarda, ogórek kiszony Kawa z mlekiem II Śniadanie:Kalafior gotowany AL;GLUTEN,MLEKO,SOJA,GORCZYCA	Zupa z soczewicy z wkladką miesną z grzanakami Pieczeń rzymaska,ziemniaki,buraki zasmażane Kompot ze śliwek AL;SELER,JAJA,GLUTEN	Mus z mango z dodatkiem płatków ryżowych
11.01.2024 Czwartek	Owsianka z żurawiną Rogal z masłem II Śniadanie:Melon i ananas AL,MLEKO,GLUTEN	Ogórkowa z ziemniakami Racuchy z jabłkami Kompot wieloowocowy AL;SELER,GLUTEN,JAJA,MLEKO	Jogurt naturalny z miodem i chia,biszkopty AL;GLUTEN,MLEKO
12.01.2024 Piątek	Chleb kminkowy,pasta z twarogu,rzodkiewka,szczypior Herbata owocowa II Śniadanie:Jabłko AL;GLUTEN,MLEKO	Rosół z makaronem Ryba po grecku,ryż brązowy Kompot AL;SELER,GLUTEN,RYBA,	Mus owocowy,ciastka sante z morelą AL;GLUTEN
15.01.2024 Poniedziałek	Chleb ze słonecznikiem,ser żółty,ogórek zielony,salata lodowa,rzodkiewka Kakao II Śniadanie:Banan AL;GLUTEN,MLEKO,	Krem pomidorowo-paprykowy z prażonymi pestkami dyni Naleśniki z twarogiem/dżemem Kompot z jabłek AL;SELER,MLEKO,GLUTEN,JAJA	Wek,paszтет drobiowy,ogórek kiszony Herbata owocowa AL;GLUTEN,SOJA,ORCZYCA
16.01.2024 Wtorek	Mleko z musli owocowym Chleb z ziarnami,pasta jajeczna,szczypior,pomidor II Śniadanie:Kiwi,ananas AL,MLEKO,GLUTEN,JAJA,	Krupnik z ziemniakami Spaghetti bolognese,ser mozzarella Kompot ze śliwek AL;SELER,GLUTEN,MLEKO	Jogurt naturalny z musem truskawkowym,herbatniki AL,MLEKO,GLUTEN,JAJA
17.01.2024 Środa	DZIECI SAME ROBIA KANAPKI Chleb graham,,szynka wiejska,jajko gotowane,żółty ser,pomidor,gotowany brokuł,rukola II Śniadanie:Jabłko Kawa z mlekiem AL;GLUTEN,JAJKO,MLEKO,SOJA	Krem cebulowy z grzankami Potrawka z kurczaka ,ryż paraboliczny,surówka z kapusty ,kopru i marchwi Kompot z porzeczki AL;SELER,GLUTEN,MLEKO	Rogalik maślany z serkiem waniliowym,brzoskwinia Herbata miętowa AL;GLUTEN,MLEKO
18.01.2024 Czwartek	Owsianka z jabłkiem Bułka pszenna,masło,ser salami,papryka kolorowa,ogórek kiszony II Śniadanie:Sok marchwiowo-jabłkowy AL,MLEKO,GLUTEN,	Koperkowa z ziemniakami Gulasz z szynki wieprzowej,kasza jeczmienna.ogórek kiszony Kompot wieloowocowy AL;SELER,GLUTEN,MLEKO	Jabłko pieczone z cynamonem i miodem
19.01.2024 Piątek	Chleb hildegardy,masło,jajko gotowane,rzodkiewka,salata lodowa Kakao II Śniadanie:Mandarynka AL;GLUTEN,MLEKO,JAJO,	Szpinakowa z lanym ciastem Burgery rybne,ziemniaki,surówka z kiszonej kapusty Kompot AL;SELER,JAJA,GLUTEN,RYBA	Sok jabłkowy,chrupki kukurydziane AL;GLUTEN

ZASTRZEGA SIĘ ZMIANY W JADŁOSPISIE

Sporządził

Szef kuchni

Dyrektor