

## JADOSPIS PRZEDSZKOLNY 3 (11.09.-15.09)

DZIEŃ TYGODNIA	I ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
<b>PONIEDZIAŁEK</b>	<p>GRANOLA NATURALNA Z MLEKIEM, KANAPKA Z ŻÓŁTYM SEREM</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Mleko spożywcze 3/2%(7)</li> <li>Granola(1)</li> <li>Chleb bałtanowski(1)</li> <li>Masło(7)</li> <li>Ser żółty(7)</li> </ol>	<p>CHELB PSZENNY Z SEREM I POMIDOREM</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Chleb pszenny(1)</li> <li>Pomidor</li> <li>Ser gouda(7)</li> <li>Masło(7)</li> </ol>	<p>I danie: Krupniczek</p> <p>II danie: Pierogi leniwe z sosem słonecznym</p>	<p>WESOŁE KANAPKI, CZĄSTKI OWOCÓW LUB WARZYW</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Chleb graham/baltanowski/pełnoziarnisty/na maślanie (1)</li> <li>Masło(7)</li> <li>Szynka z piersi kurczaka, ser żółty, ser biały(7)</li> <li>Owoc lub warzywo</li> </ol>
<b>WTOREK</b>	<p>KANAPKI Z KIEŁBASĄ KRAKOWSKĄ PODSUSZANĄ I SAŁATĄ MASŁOWĄ, KAKAO NATURALNE</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Masło(7)</li> <li>Chleb pełnoziarnisty(1)</li> <li>kielbasa krakowska</li> <li>Salata masłowa</li> </ol> <p>Napój: Kakao naturalne(7)</p>	<p>OGÓREK ZIELONY (SŁUPKI) CHLEBEK RYŻOWY, WODA Z MIĘTĄ</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Ogórek zielony</li> <li>Chlebek ryżowy</li> <li>Woda z miętą i cytryną</li> </ol>	<p>I danie: Zupa ogórkowa</p> <p>II danie: Sos gołąbkowy, ziemniaki</p>	<p>WESOŁE KANAPKI, CZĄSTKI OWOCÓW LUB WARZYW</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Chleb graham/baltanowski/pełnoziarnisty/na maślanie (1)</li> <li>Masło(7)</li> <li>Szynka z piersi kurczaka, ser żółty, ser biały(7)</li> <li>Owoc lub warzywo</li> </ol>
<b>ŚRODA</b>	<p>BUŁKA KAJZERKA Z TWAROŻKIEM ZE SZCZYPIORKIEM, POMIDORKI KOKTAJLOWE</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Ser twarogowy półtłusty(7)</li> <li>Bułka kajzerka(1)</li> <li>Mleko 3,2%( 7)</li> <li>Koper</li> <li>Pomidor koktajlowy</li> </ol> <p>Napój: Herbatka z czarnej porzeczki (bez sztucznych barwników i aromatów)</p>	<p>KISIEL WIŚNIOWY Z WAFLOWĄ RURKĄ</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Kisiel</li> <li>Rurka wafłowa</li> </ol>	<p>I danie: Krem z pyrek i batata z ziołowymi grzankami</p> <p>II danie: Chińszczyzna z ryżem</p>	<p>WESOŁE KANAPKI, CZĄSTKI OWOCÓW LUB WARZYW</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Chleb graham/baltanowski/pełnoziarnisty/na maślanie (1)</li> <li>Masło(7)</li> <li>Szynka z piersi kurczaka, ser żółty, ser biały(7)</li> <li>Owoc lub warzywo</li> </ol>
<b>CZWARTEK</b>	<p>KANAPKI Z PASZTETEM, OGÓREK KISZONY, PAPRYKA CZERWONA</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Pasztet pieczony</li> <li>Chleb na maślanie(1)</li> <li>ogórek kiszony</li> <li>masło(7)</li> <li>papryka czerwona</li> </ol> <p>Napój: Herbata malinowa</p>	<p>DESER MONTE</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Jogurt naturalny(7)</li> <li>Kakao naturalne</li> </ol>	<p>I danie: Barszczyk</p> <p>II danie: Nugegetsy z kurczaka z ziemniakami, surówka z białej kapusty z koperkiem</p>	<p>WESOŁE KANAPKI, CZĄSTKI OWOCÓW LUB WARZYW</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Chleb graham/baltanowski/pełnoziarnisty/na maślanie (1)</li> <li>Masło(7)</li> <li>Szynka z piersi kurczaka, ser żółty, ser biały(7)</li> <li>Owoc lub warzywo</li> </ol>
<b>PIĄTEK</b>	<p>BUŁKA MLECZNA Z SEREM ŻÓŁTYM I PAPRYKĄ/RZODKIEWKĄ</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>SER ŻÓŁTY(7)</li> <li>Papryka czerwona/rzodkiewka</li> <li>Masło(7)</li> <li>Bułka mleczna(1)(7)</li> </ol> <p>Napój: Herbatka miętowa (bez sztucznych barwników i aromatów)</p>	<p>BABECZKI ORKISZOWE, WODA Z MIĘTĄ I CYTRYNĄ</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Babeczka orkiszowa(1)</li> </ol>	<p>I danie: Zupa z zielonego groszku</p> <p>II danie: Makaron w sosie pomidorowym z warzywami</p>	<p>WESOŁE KANAPKI, CZĄSTKI OWOCÓW LUB WARZYW</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Chleb graham/baltanowski/pełnoziarnisty/na maślanie (1)</li> <li>Masło(7)</li> <li>Szynka z piersi kurczaka, ser żółty, ser biały(7)</li> <li>Owoc lub warzywo</li> </ol>

Do II śniadania przewidziane jest 200ml wody przefiltrowanej na osobę. Do II śniadania przewidziane jest 200ml wody przefiltrowanej na osobę. Alergeny wymienione w Rozporządzeniu Parlamentu Europejskiego i Rady UE nr 1169/2011 podane zostały w nawiasach: gluten (1), skorupiaki (2), jaja (3), ryby (4), orzeszki ziemne (5), soja (6), mleko (7), orzechy (8), seler (9), gorczyca (10), sezam (11), dwutlenek siarki i siarczany (12), tlenki (13), miodczaki (14). \* Zgodnie z informacjami od producentów użyte produkty gotowe (np. produkty z mięsa) mogą zawierać śladowe ilości alergenów: glutenu, mleka, miodczaków, laktozy, jaj, soi, orzechów, selera i gorczycy.

Gramatura oraz kaloryczność posiłków zamieszczona jest na stronie internetowej Przedszkola

# JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY 3 (11.09.-15.09)

Dla dzieci na diecie bezglutenowej, bezmlecznej

DZIEŃ TYGODNIA	I ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
<b>PONIEDZIAŁEK</b>	<p>GRANOLA NATURALNA Z MLEKIEM, KANAPKA Z ŻÓŁTYM SEREM</p> <p>1. Mleko spożywcze 3/2%(7) 2. Granola(1) 3. Chleb baltanowski(1) 4. Masło(7) 5. Ser żółty(7)</p>	<p>CHELB PSZENNY Z SEREM I POMIDOREM</p> <p>1. Chleb pszenny(1) 2. Pomidor 3. Ser gouda(7) 4. Masło(7)</p>	<p>I danie: Krem pieczarkowy</p> <p>II danie Bezmleczne kopytka z sosem słonecznym Bezglutenowe kopytka ryżowe w sosie słonecznym</p>	<p>WESOŁE KANAPKI, CZĄSTKI OWOCÓW LUB WARZYW</p> <p>1.Chleb graham/baltanowski/pełnoziarnisty/na maślance/bezpieczny (1) 2. Masło(7)/masło roślinne 3. Szyunka z piersi kurczaka, ser żółty, ser biały(7)/ser kozi 4. Owoc lub warzywo</p>
<b>WTOREK</b>	<p>KANAPKI Z KIELBASĄ KRAKOWSKĄ PODSUSZANĄ I SAŁATĄ MASŁOWĄ, KAKAO NATURALNE</p> <p>1. Masło(7) 2. Chleb pełnoziarnisty(1) 3. kielbasa krakowska 4. Sałata masłowa</p> <p>Napój: Kakao naturalne(7)</p>	<p>OGÓREK ZIELONY (SŁUPKI) CHLEBEK RYŻOWY, WODA Z MIĘTĄ</p> <p>1.Ogórek zielony 2. Chlebek ryżowy 3. Woda z miętą i cytryną</p>	<p>I danie: Zupa ogórkowa</p> <p>II danie: Sos gołąbkowy zagęszczony mąką krakowską bezglutenową, ziemniaki</p>	<p>WESOŁE KANAPKI, CZĄSTKI OWOCÓW LUB WARZYW</p> <p>1.Chleb graham/baltanowski/pełnoziarnisty/na maślance/bezpieczny (1) 2. Masło(7)/masło roślinne 3. Szyunka z piersi kurczaka, ser żółty, ser biały(7)/ser kozi 4. Owoc lub warzywo</p>
<b>ŚRODA</b>	<p>BUŁKA KAJZERKA Z TWAROŻKIEM ZE SZCZYPIORKIEM, POMIDORKI KOKTAJLOWE</p> <p>1. Ser twarogowy półtłusty(7) 2. Bułka kajzerka(1) 3. Mleko 3,2%( 7) 4. Koper 6. Pomidor koktajlowy</p> <p>Napój: Herbatka z czarnej porzeczki (bez sztucznych barwników i aromatów)</p>	<p>KISIEL WIŚNIOWY Z WAFLOWĄ RURKĄ</p> <p>1. Kisiel 2. Rurka wafłowa</p>	<p>I danie: Krem z pyrek i batata z ziołowymi grzankami bezglutenowymi</p> <p>II danie: Chińszczyzna z ryżem</p>	<p>WESOŁE KANAPKI, CZĄSTKI OWOCÓW LUB WARZYW</p> <p>1.Chleb graham/baltanowski/pełnoziarnisty/na maślance/bezpieczny (1) 2. Masło(7)/masło roślinne 3. Szyunka z piersi kurczaka, ser żółty, ser biały(7)/ser kozi 4. Owoc lub warzywo</p>
<b>CZWARTEK</b>	<p>KANAPKI Z PASZTETEM, OGÓREK KISZONY, PAPRYKA CZERWONA</p> <p>1. Pasztet pieczony 2. Chleb na maślance(1) 3. ogórek kiszony 4.masło(7) 5. papryka czerwona</p> <p>Napój: Herbatka malinowa</p>	<p>DESER MONTE</p> <p>1. Jogurt naturalny(7) 2. Kakao naturalne</p>	<p>I danie: Barszczyk</p> <p>II danie: Nuggetsy z kurczaka z ziemniakami, surówka z białej kapusty z koperkiem</p>	<p>WESOŁE KANAPKI, CZĄSTKI OWOCÓW LUB WARZYW</p> <p>1.Chleb graham/baltanowski/pełnoziarnisty/na maślance/bezpieczny (1) 2. Masło(7)/masło roślinne 3. Szyunka z piersi kurczaka, ser żółty, ser biały(7)/ser kozi 4. Owoc lub warzywo</p>
<b>PIĄTEK</b>	<p>BUŁKA MLECZNA Z SEREM ŻÓŁTYM I PAPRYKĄ/RZODKIEWKĄ</p> <p>1. SER ŻÓŁTY(7) 2. Papryka czerwona/rzodkiewka 3. Masło(7) 4. Bułka mleczna(1)(7)</p> <p>Napój: Herbatka miętowa (bez sztucznych barwników i aromatów)</p>	<p>BABECZKI ORKISZOWE, WODA Z MIĘTĄ I CYTRYNĄ</p> <p>1. Babeczka orkiszowa(1)</p>	<p>I danie: Zupa z zielonego groszku</p> <p>II danie Makaron bezglutenowy w sosie pomidorowym z warzywami</p>	<p>WESOŁE KANAPKI, CZĄSTKI OWOCÓW LUB WARZYW</p> <p>1.Chleb graham/baltanowski/pełnoziarnisty/na maślance/bezpieczny (1) 2. Masło(7)/masło roślinne 3. Szyunka z piersi kurczaka, ser żółty, ser biały(7)/ser kozi 4. Owoc lub warzywo</p>

Do II śniadania przewidziane jest 200ml wody źródlanej na osobę. Do II śniadania przewidziane jest 200ml wody źródlanej na osobę. Alergeny wymienione w Rozporządzeniu Parlamentu Europejskiego i Rady UE nr 1169/2011 podane zostały w nawiasach: gluten (1), skorupiaki (2), jaja (3), ryby (4), orzeszki ziemne (5), soja (6), mleko (7), orzechy (8), seler (9), gorczyca (10), sezam (11), dwutlenek siarki i siarczany (12), łubin (13), mięczaki (14) \* Zgodnie z informacjami od producentów użyte produkty gotowe (np. produkty z mięsa) mogą zawierać śladowe ilości alergenów: glutenu, mleka łącznie z laktozą, jaj, soi, orzechów, selera i gorzycy. Gramatura oraz kaloryczność posiłków zamieszczona jest na stronie internetowej Przedszkola