

**Jadłospis - Przedszkole Publiczne nr 3**

Okres 20.03.2023 - 31.03.2023

Dieta podstawowa

Data	śniadanie	obiad	Podwieczorek
20.03.2023 Poniedziałek	Chleb "dar zbóż" z masłem, kielbaski do grzania, rzodkiewka, szczypiorek, kawa zbożowa, woda mineralna Alergeny: 1, 7	Ogórkowa z ziemniakami, Knedle z truskawkami i polewą jogurtowo-miodową, kompot wieloowocowy Alergeny: 1, 7, 9	Talerzyk owocowo-warzywny
21.03.2023 Wtorek	Bułka pszenna z masłem, twarożek bananowy, mleko, woda mineralna Alergeny: 1, 7	Pieczarkowa z ryżem, Pulpeciki rybne w sosie pomidorowym, surówka z kiszzonej kapusty, ziemniaki, kompot wieloowocowy Alergeny: 1, 3, 4, 7, 9	Mus morelowy z dodatkiem płatków ryżowych Alergeny: 1, 7
22.03.2023 Środa	Bułka orkiszowa z masłem, szynka drobiowa, pomidor, rukola, kawa zbożowa, woda mineralna Alergeny: 1, 7	Barszcz z ziemniakami, Gulasz wieprzowy, kasza perlowa, surówka z marchewki i ogórka, kompot wieloowocowy Alergeny: 1, 7, 9	Owsianka bounty, pomarańcze Alergeny: 1, 7
23.03.2023 Czwartek	Chałka z masłem i powidłami, kakao, woda mineralna, jabłko Alergeny: 1, 7	Zupa grysikowa, Nuggetsy z kurczaka, mizeria, ziemniaki, kompot wieloowocowy Alergeny: 1, 7, 9	Bułka wieloziarnista z masłem, pasta z jajek ze szczypiorkiem, marchewka, kawa zbożowa Alergeny: 1, 3, 7
24.03.2023 Piątek	Chleb wieloziarnisty z masłem, schab pieczony, ogórek zielony, rzodkiewka, szczypiorek, kawa zbożowa, woda mineralna Alergeny: 1, 7	Fasolowa z wkładką mięsną, Naleśniki z serem i musem owocowym, kompot wieloowocowy Alergeny: 1, 7, 9	Banan
27.03.2023 Poniedziałek	Chleb razowy z masłem, pasta z ryby ze szczypiorkiem, kawa zbożowa, woda mineralna, jabłko Alergeny: 1, 4, 7	Jarzynowa z ziemniakami, Filet z indyka duszony w sosie śmietanowym, bukiet warzyw, ryż, kompot wieloowocowy Alergeny: 1, 7, 9	Pieczewo chrupkie z masłem i miodem, mleko, kiwi
28.03.2023 Wtorek	Bułka graham z masłem, ser żółty, sałata zielona, mleko, woda mineralna Alergeny: 1, 7	Krupnik, Kotlet górski, kapusta zasmażana, ziemniaki, kompot wieloowocowy Alergeny: 1, 3, 9	Salatka owocowa skropiona polewą jogurtowo-miodową Alergeny: 7
29.03.2023 Środa	Chleb wieloziarnisty z masłem, kielbasa krakowska, pomidor, kielki, kawa zbożowa, woda mineralna Alergeny: 1, 7	Kalafiorowa z ziemniakami, Makaron z kurczakiem, szpinakiem i suszonym pomidorami, kompot wieloowocowy Alergeny: 1, 7, 9	Budyń czekoladowy z kawałkami gruszek Alergeny: 7
30.03.2023 Czwartek	Bułka wieloziarnista z masłem, twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem, mleko, woda mineralna, Alergeny: 1, 7	Rosół z lanym ciastem, Filet z morszczuka, marchew zasmażana, ziemniaki, kompot wieloowocowy Alergeny: 1, 3, 4, 9	Chleb "dar zbóż" z masłem, kielbaski do grzania, keczup, kawa zbożowa, jabłko Alergeny: 1, 7
31.03.2023 Piątek	Bułka orkiszowa z masłem, pasta drobiowo-warzywna ze szczypiorkiem, kawa zbożowa, woda mineralna pomarańcze Alergeny: 1, 7	Zupa z soczewicy z wkładką mięsną, Placki ziemniaczane z jogurtem, kompot wieloowocowy Alergeny: 1, 7	Mleczko smakowe, mix prażonych ziaren Alergeny: 7, 8

Wykaz alergenów dostępny u intendentki

**ZASTRZEGA SIĘ ZMIANY W JADŁOSPISIE**

Sporządził

Szef kuchni

Dyrektor