l

   **Jadłospis**

**Przedszkola Publicznego Nr 17 w Tarnowie od 01.09.2022 -14.09.2022**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Data** | **Śniadanie** | **Obiad** | Podwieczorek  |
| 01.09.22czwartek |  Kanapkaz **masłem,** ser żółtego ,szczypior pomidor, **kakao (ser żółty, mleko, kakao)** jabłko | Zupa pomidorowa z makaronem( mieszanka warzywna, seler**,** przecierpomidorowy, **śmietana, mąka, jaja**  *pietruszka zielona* ***) (200g)*** *gulasz**drobiowy z warzywami* (80g) ziemniaki (150g), surówka z kwaszonej kapusty (50g) kompot mieszany /200ml  | Krem serowy z polewą czekoladową (**ser biały,** cukier, **masło, kakao)** |
| 02.09.22piątek | Kanapka z masłem, **jajecznica** szczypiorek kakao (**gluten**, **masło , jaja** ) (**mleko**, **kakao)** śliwki | Zupa szpinakowa z ryżem **(** kurczak,mieszanka warzywna, pietruszka zielona, ryż, szpinak, **śmietana)** (200g) filet z miruny (miruna, **jaja,** mąka, bułka tarta) (80g)ziemniaki (150g) sałatka z ogórków i pomidorów ze śmietaną(ogórki, pomidory, **śmietana**) (50g) kompot mieszany(200ml)  | Rogaliki drożdżowe z powidłem (**mąka, jaja,** **śmietana,** drożdże, cukier, powidło) kakao (**mleko, kakao)** |
| 05.09.22poniedziałek | Chleb z masłem, polędwica drobiowa , sałata zielona, pomidor, szczypiorek **(gluten, jaja, masło )** kawa ( **mleko,** kawa) arbuz  | Zupa kalafiorowa z ryżem (kurczak, kalafior, ryż, **śmietana**, mieszanka warzywna **)** (200 ml) naleśniki ze serem ( **mąka,** **jaja,** **mleko, ser biały**, *cukier*)  (120g) marchewka (50g) kompot mieszany (200ml)  | **Weka z masłem,** **ser ostrowia,** pomidor, szczypiorek herbata owocowa |
|  |  |  |  |
| 06.09.22 wtorek | Kanapka z masłem, **miód (gluten, masło)** **zupa mleczna z** **płatkami owsianymi**  ( **mleko**) **j**abłko | Zupa pieczarkowa z łazankami (kurczak, mąka, jaja, pieczarki **śmietana** koperek,mieszanka warzywna,  ) (200 ml) kotlety mielone (80g**) (** mięso, **bułka tarta,** olej, **jaja, mąka**, ) buraczki zasmażane ( **masło**, buraki **śmietana** **)** (50g) ziemniaki (150g) kompot (200ml) | Kefir z truskawkami (**kefir,** cukier, truskawki) **biszkopty** |
| **07.09.2022 środa** | **Chleb razowy** z **masłem,** parówki pomidor, szczypiorek kawa (**mleko**, kawa ) banan | Zupa podkarpacka z mięsem i ziemniakami ( mięso od szynki, mieszanka warzywna, przecier pomidorowy, ziemniaki, **śmietana** pietruszka zielona) /200g**/** knedle ze śliwami (90 g) (ziemniaki,  **mąka, jaja,** śliwy cukier )kompot **(**200 ml) | Bułka drożdżowa z masłem (**mąka, jaja, masło,** **mleko,** cukier, drożdże) kakao (**mleko, kakao)** |
| **08.09.22**czwartek | Chleb graham **(gluten, masło) twarożek z rzodkiewką zupa** mleczna zpłatkami kukurydzianymi (**mleko)**arbuz | Zupa grysikowa (kurczak, mieszanka warzywna, **kasza manna** koperek ) /200g/ pieczeń ze indyka (**mąka,** olej, filet z indyka, czosnek ) (90g) mizeria (50g)( ogórki, **jogurt** **naturalny)** ziemniaki **(150g)** kompot /200ml/  | Gofry z owocami i bitą śmietaną (**mleko, mąka,** **jaja,** olej, cukier, maliny, jagody, **śmietana)**  |
| 09,09.2022piątek | Kanapka z masłem,**(gluten**, **masło)** **jajko,** sałata zielona, pomidor, szczypiorek kawa brzoskwinia | Zupa koperkowa z ryżem (mieszanka warzywna, ryż, koperek, **śmietana) (200ml)**ziemniaki (150g) ryba po grecku (100g) (miruna, mieszanka warzywna, przecier pomidorowy, cebula) surówka z kwaszonek kapusty (50g) (kapusta, jabłko, marchewka, cebula) kompot (200ml) | Szarlotka z jabłkami (**mąka, jaja,** **śmietana**, jabłka ,margaryna, cukier waniliowy) kakao (**mleko, kakao)** |
|  12.09.22**poniedziałek** | Chleb z masłem,(**gluten, masło**) pasta z kiełbasy pomidor ,szczypiorekkakao **(kakao, mleko, )** jabłko | Zupa brokułowa z ryżem (kurczak, mieszanka warzywna , ryż brokuły, **śmietana)**) (200ml) makaron z jabłkami ( **jaja**, jabłka, **mąka , masło** ) **(** 150g) kompot (200 ml) | Drożdżówka ze serem herbata owocowa (**mleko,** **mąka, jaja**, cukier, drożdże , **masło**) |
| 13.09.22**wtorek** | ***Chleb graham*** z masłem serek granulowany pomidor, szczypiorek kawa ( **mleko**,  **gluten, jaja**) gruszka | Zupa jarzynowa z ryżem **(**mieszanka warzywna, kurczak, kalafior, fasolka, **śmietana** , ryż) (200 m) **kasza (**50g) sałatka z kapusty białej i ogórków  **(7**0g)(kapusta biała, ,koper, ogórki, **jogurt naturalny,** jabłka)zrazy w sosie (filery z indyka**, jaja, weki**, cebula) (80g) kompot (200ml) | Budyń śmietankowy (**mleko, jaja,** wanilia, mąka ziemniaczana , cukier)  |
| **14.09.22****środa** |  Chleb graham makrela w pomidorach  **(makrela gluten, masło)**  marchewka | Zupa ogórkowa z ziemniakami **(** kurczak, ogórki, ziemniaki, mieszanka warzywna, **śmietana** )(200 ml) gołąbki z mięsem i ryżem (150g) (kapusta biała, ryż, mięso wieprzowe, cebula) sos pomidorowy (**masło,** przecier pomidorowy, **śmietana**) kompot (200 ml) | Surówka z marchwi i jabłek  |

Do zupy jest dawana mieszanka stała warzywna( marchew, pietruszka, **seler**, por, kapusta włoska)

Kompot gotowany jest z mieszanki owocowej(wiśnia**,** truskawka**,** śliwa, czarna porzeczka, agrest)

* **SKŁADNIKI POGRUBIONE OZNACZAJĄ PRODUKTY ALERGENNE**.
* INFORMACJA – WYKAZ POSZCZEGÓLONYCH SKŁADNIKÓW SPOŻYWCZYCH WCHODZĄCYCH W SKŁAD DANYCH POTRAW, DOSTĘPNY JEST DO WGLĄDU U INTENDENTA PRZEDSZKOLA - WEDŁUG 0ROZPORZĄDZENIA MINISTRA ZDROWIA
* Dyrekcja zastrzega zmiany w jadłospisie.
* Woda mineralna do picia dla dzieci jest dostępna na salach

KUCHARZ INTENDENT DYREKTOR