4

 l

   **Jadłospis**

**Przedszkola Publicznego Nr 17 w Tarnowie od 18.05.2022 -31.05.2022**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Data** | **Śniadanie** | **Obiad** | Podwieczorek  |
| 18.05.22**środa** |  Kanapkaz masłem, makrela w pomidorach **(gluten, masło )** szczypiorek kawa (kawa**,** **mleko)**  jabłko | Zupa podkarpacka z mięsem i ziemniakami ( mieszanka warzywna, **seler,** kurczak, przecier pomidorowy **śmietana** ziemniaki, pietruszka zielona, ) (200g) makaron ze serem **( ser biały, jaja, mąka**) (150g) marchewka (50g) kompot mieszany /200ml  | Kanapka z masłem (**gluten, masło)** sałatka z sera żółtegoi jaj z majonezem, rzodkiewka, szczypiorek ( **ser żółty,** **jaja, majonez),** herbata owocowa |
| 19.05.22czwartek | Kanapka z masłem, dżem zupa mleczna z kaszą manną (**gluten**, **masło** ) (**mleko**, **kasza manna)** banan | Krupnik **(** kurczak, **kasza**, mieszanka warzywna) (200g) ziemniaki (150g) kotlety z indyka ( filet z indyka, **mąka, jaja, bułka tarta)** (80g) kapusta gotowana(kapusta, marchewka ,cebula,koperek  ***śmietana)*** (50g) kompot mieszany(200ml)  | Budyń śmietankowy (mleko, żółtka, cukier waniliowy, mąka ziemniaczana) wafel ryżowy |
| 20.05.22piątek | Chleb z masłem, jajecznica **(gluten, jaja, masło )** kawa ( **mleko,** kawa) mandarynka  | Zupa kalafiorowa z ryżem (kurczak, kalafior, ryż, **śmietana**, mieszanka warzywna **)** (200 ml) pulpety rybne ( miruna, weki**, jaja,** cebula, ***śmietana***koperek)  (80g) surówka z marchwi i ogórków kwaszonych (50G) ziemniaki (150g) kompot mieszany (200ml)  | Krem serowy z polewą truskawkową (**ser biały**, cukier, truskawki) **herbatniki** |
|  |  |  |  |
| 23.05.22 poniedziałek | Kanapka z masłem,pasta z kiełbasy i **jaj (jaja,** kiełbasa, **majonez )** szczypiorek ,pomidor kawa ( **mleko,** kawa) **j**abłko | Zupa ogórkowa z ziemniakami (kurczak, ogórki,ziemniaki,mieszanka warzywna,  ) (200 ml) pierogi leniwe (150g**) ( ser biały,** ziemniaki**, jaja, mąka**, ) marchewka z jabłkiem ( jabłka, marchewka) (50g) kompot (200ml) | Weka z masłem ,powidło, kakao **(gluten, masło, mleko,** **kakao)** |
| **24.05.2022 wtorek** | **Chleb razowy** z **masłem,** twarożek z rzodkiewką ( ser biały, rzodkiewka ) kawa (**mleko**, kawa ) jabłko | Zupa pomidorowa z ryżem( mieszanka warzywna kurczak**,** ryż,przecier pomidorowy, koperek, **śmietana** ) /200g**/** potrawka z kurczaka z jarzynami **( kurczak,** mieszanka warzywna , cebula, przecier pomidorowy**, śmietana** )(150g) ziemniaki (150g)kompot **(**200 ml) | Sałatka owocowa (banan, pomarańcz, winogrono, kiwi, brzoskwinia, ananas) |
| **25.05.22****środa** | Chleb graham **(gluten, masło) parówka z szynki kiwi** | Zupa grysikowa (kurczak, mieszanka warzywna, **kasza manna** koperek ) /200g/ pizza z kiełbasą i pieczarkami (**mąka, kefir ,** drożdże, cebula,kiełbasa, pieczarki, kukurydza, **ser żółty )** kompot /200ml/ | Kefir z owocami (**kefir,** truskawki, cukier) **biszkopt** |
| **26.05.22****czwartek** | Kanapka z masłem **( gluten, masło)** **miód, zupa mleczna z płatkami owsianymi** jabłko | Zupa koperkowa z lanym ciastem ( kurczak , mieszanka warzywna, koperek, **mąka, jaja, śmietana)** (200ml **) kasza** ( 150g) kasza (80g) gulasz wieprzowy (mięso od szynki, cebula, **mąka) (80g)** surówka z selera i jabłek **(seler**, marchew, jabłka, **jogurt naturalny)** (50g) kompot wieloowocowy/200ml/ | Gofry z owocami i bitą śmietaną (**mleko, mąka, jaja,** cukier, **śmietan**a, ananas, banan, brzoskwinie, pomarańcze) |
| 27.05.22**piątek** | Chleb z masłem,(**gluten, masło**) **serek Ostrowia ,** pomidor ,szczypiorekkakao **(kakao, mleko, )** jabłko | Zupa brokułowa z tartym ciastem (kurczak, mieszanka warzywna , **mąka, jaja,** brokuły, **śmietana)**) (200ml) filet z miruny ( **jaja**, miruna, **mąka , olej** ) **(** 80g) ziemniaki (150g) mizeria ( ogórki, **jogurt naturalny)** kompot (200 ml) | Placek ucierany z jagodami (**mąka, margaryna, jaja,** cukier, jagody, proszek do pieczenia) kakao (**mleko,** kakao) |
| 30.05.22**poniedziałek** | ***Chleb graham*** z masłem szynka, ser żółty pomidor, ogórek, szczypiorek kawa ( **mleko**,  **gluten, jaja**) mandarynka | Kapuśniak z kiełbasą i ziemniakami **(**mieszanka warzywna, kurczak, kapusta kwaszona, kiełbasa, ziemniaki, **mąka** ) (200 ml) naleśniki Jaś i Małgosia ( **mąka, jaja, mleko, ser biały, jogurt naturalny, truskawki)**  **(15**0g) kompot (200ml) | Bułka drożdżowa z masłem (**mleko, jaja, mąka,** drożdże, cukier, **masło)** kakao **(kakao, mleko)** |
| **31.05.22****wtorek** |  Chleb graham żurek z jakiem i kiełbasą **(żur, gluten, jaja, mąka, śmietana)**  marchewka | Krupnik **(** kurczak, **kasza**, mieszanka warzywna, **śmietana** ) pulpety w sosie koperkowym ( **jaja, mąka,** filety z kurczaka, cebula, koperek, **śmietana )** **(** 90) ziemniaki (150g), ćwikła (buraki, chrzan) kompot (200 ml) | Smoofii z owocami (**jogurt naturalny,** banany, truskawki, cukier)  |

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