  **Jadłospis**

**Przedszkola Publicznego Nr 17 w Tarnowie od 29.09.2021 -12.10.2021**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Data** | **Śniadanie** | **Obiad** | Podwieczorek |
| 29.09.21  **środa** | Kanapka **,** żurek zkiełbasą i jajkiem (**mąka,** **jaja, śmietana,** kiełbasa) herbata owocowa banan | Barszcz ukraiński ( mieszanka warzywna, **seler,** kurczak **,** buraki, pietruszka zielona **, jaja,**  ziemniak, fasola **)** (200g) knedle ze śliwami ( ziemniaki, **mąka, jaja,** śliwy, **masło,** cukier **)** ( 150g**)** marchewka (15g) kompot mieszany /200ml | Kefir z truskawkami **(kefir,** cukier, truskawki) |
| 30.09.21  **czwartek** | Rogal drożdżowy z masłem (**mąka, jaja,** **masło, mleko**, drożdże) kakao (**mleko, kakao)** jabłko | Zupa dyniowa z groszkiem ptysiowym ( kurczak, mieszanka warzywna, dynia, ziemniaki, imbir, kurkuma , **gluten ,jaja** pietruszka zielona, cebula ) (200g) zrazy w sosie koperkowym (150g) (cielęcina**, mąka, jaja,** cebula, **masło,** koperek, śmietana **) kasza** (80g) sałatka z pomidorów ,ogórków, cebuli ze śmietaną (ogórki, cebula, pomidory**, śmietana,** ) (50g) kompot mieszany(200ml) | Gofry z bitą śmietana i owocami (**mleko, jaja,** **mąka,** cukier, olej, banan, pomarańcza, kiwi ) herbata owocowa |
| 01.10.21  **piątek** | Chleb **z masłem,** pasztet pieczony, pomidor, szczypiorek, kawa(**mleko,** kawa) jabłka | Zupa pomidorowa z makaronem (kurczak, **seler,** mieszanka warzywna , **mąka, jaja**, **śmietana,** przecier pomidorowy **)** (200 ml) filet rybne (miruna, **jaja, bułka tarta,** **mąka** ) (150g) surówka z czerwonej kapusty (50g) (kapusta czerwona, jabłka, ogórki kwaszone ) ziemniaki (150g) kompot mieszany (200ml) | Szarlotka z jabłkami (**mąka, jaja**, margaryna, **śmietana,** jabłka, cukier) kakao (**mleko, kakao**) |
|  |  |  |  |
| 04.10.21  **poniedziałek** | Chleb razowy **(mąka razowa) masło, szynka gotowana** ( **gluten, masło**  **),** sałata zielonapomidor szczypiorek**,** kakao **(mleko, kakao)** banan | Zupa grysikowa (kurczak, mieszanka warzywna, **kasza** **manna**, koperek **) (**200ml**) pizza z kiełbasa i pieczarkami** (**mąka, kefir,** drożdże, cebula, kukurydza, ogórek kwaszony, papryka, kiełbasa, ser żółty) (150g**)**  kompot (200ml) | Smoofii z wiśniami i płatkami kukurydzianymi (**jogur**t, cukier, wiśnie, płatki kukurydziane) |
| **05.10.2021 wtorek** | **Chleb razowy** z **masłem,** dżem ( **gluten, masło, miód)** zupa mleczna z płatkami owsiane (**mleko,** **płatki** ) śliwki | Krupnik ( mieszanka warzywna kurczak**, kasza,** koperek, **śmietana** ) /200g**/** kotlet z indyka (filety z indyka, bułka tarta,  **mąka, jaja** )(80g) ziemniaki (150g) mizeria (50g) (ogórki, **śmietana)** kompot **(**200 ml) | Krem serowy z polewa truskawkową (**ser biały,** truskawki, cukier, **gluten**) herbatniki |
| **06.10.21**  **środa** | Chleb graham (**gluten,) masło,** szynka z indyka**,** pomidor, szczypiorekogórek świeży, kawa (**mleko,** kawa)jabłko | Zupa szpinakowa z ryżem (kurczak, mieszanka warzywna, szpinak, **śmietana,** ryż ) /200g/ krokiety z mięsem i warzywami (150g ) (**mąka, jaja,** bukiet warzyw, filet zkurczaka, **ser żółty,**  cebula))sos pomidorowy (**masło,** przecier pomidorowy, **śmietana, mąka)** (50g) surówka z selera i jabłek **(seler,** jabłka, **jogurt naturalny)** (50g) kompot /200ml/ | Bułka drożdżowa z masłem **(mąka, mleko, jaja**, drożdże, cukier, **masło**) kakao **(kakao, mleko)** |
| 07.10.21  czwartek | Chleb z masłem ( **gluten**, **masło)** twarożek z rzodkiewką( **ser biały,** rzodkiewka, **śmietana)** kakao (**mleko**, **kakao**) gruszka | Rosół z makaronem ( kurczak , mieszanka warzywna, **mąka,** **jaja,** pietruszka zielona)(200ml **) kasza** (80g) surówka z kwaszonej kapusty (50g) (marchewka, kapusta, jabłka) gulasz  **(**olej,łopatka, cebula, **mąka)** kompot wieloowocowy/200ml/ | Ryż z sosem jogurtowo truskawkowym **(mleko,** **truskawki,** cukier) |
| 08.10.21  **piątek** | Chleb z masłem,(**gluten, masło**) **jajko,** pomidory, szczypiorek **,rz**odkiewka kakao **(kakao, mleko, )** jabłko | Zupa brokułowa z grzankami (kurczak, mieszanka warzywna , brokuły, **mąka, jaja, masło, śmietana)** (200ml) pulpety w sosie koperkowym (**mąka , miruna,** jaja, weka, cebula, koperek, **śmietana** ) (150g) buraczki zasmażane (50g) (buraki, **masło, śmietana)** ziemniaki (150g) kompot (200 ml) | Rogaliki drożdżowe z marmoladą (**mąka, jaja,** drożdże, **śmietana,** cukier, **masło**, marmolada) kakao **(mleko,** **kakao**) |
| 11.10.21  **poniedziałek** | ***Chleb graham*** z masłem szynka gotowana, ogórek kwaszony, szczypiorkiem kakao ( **mleko**, **kakao, gluten,** **masło,** ) mandarynka | Zupa podkarpacka z mięsem **(**mieszanka warzywna, filet z indyka, ziemniaki, przecier pomidorowy, **śmietana** ) (200 ml) pierogi ze serem (  **mąka, jaja, ser biały,** **masło,** cukier **)** (150g) surówka z marchwi (marchew, jabłka) (50g) kompot (200ml) | Kanapka z masłem, sałatka z sera żółtego ,szczypiorek herbata owocowa **(mąka, masło, ser żółty, jaja,** kukurydza, ogórki kwaszone, **jogurt naturalny)** |
| **12.10.21**  **wtorek** | Bułka grahamka z masłem **(masło, gluten)** makrela w pomidorach, szczypiorek kawa (kawa **mleko,** cukier)jabłko | Zupa ogórkowa z ryżem **(** kurczaki**,** ogórki, ryż,mieszankawarzywna, pietruszka zielona, **śmietana** ) kotlet mielony (filet z kurczaka, cebula**, jaja, weki** olej) **(** 60g) ziemniaki (150g) kapusta gotowana (kapusta kwaszona, mieszanka warzywna, cebula, mąka) (50g) kompot (200 ml) | Budyń waniliowy (mleko, jaja, cukier, cukier waniliowy, mąka ziemniaczana) banan |

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 ROZPORZĄDZENIA MINISTRA ZDROWIA
* Dyrekcja zastrzega zmiany w jadłospisie.
* Woda mineralna do picia dla dzieci jest dostępna na salach

KUCHARZ INTENDENT DYREKTOR