








Jadłospis Przedszkola nr 4 Biały konik

od 09.12.2024 DO 13.12.2024*

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Skład/alergeny
Poniedziałek 09.12.2024 	Bułka poznańska z masłem, jajko concasse ze szczypiorkiem, chleb kołodziej z masłem i pomidorem, kakao na mleku	Czerwony barszcz z makaronem, filet drobiowy panierowany, ziemniaki z koperkiem, surówka z białej kapusty, marchwi i jabłka, woda źródłana z miodem, owoc	Kasza manna na mleku z musem wiśniowym, herbata malinowa	ŚNIADANIE: bułka poznańska 35 g (mąka pszenna ,żytnia, olej rzepakowy, drożdże, sól, cukier) chleb kołodziej 35g(mąka pszenna, woda, mieszanka piekarnicza(stonecznik, mąka pszenna graham, siemię lniane, cukier, mąka pszenna, sól, gluten pszenny, substancja zagęszczająca: karboksymetyloceluloza: otręby owsiane, zakwas i siód żytyni , emulgatory, środki do przetwarzania mąki; kwas askorbinowy, enzymy) mąka żytnia, płatki owsiane, drożdże) masło 8g (mleko), jajko 3/4 (jajko), pomidor 40g,szczypiorek 3 g, majonez 3g (jajka, gorczyzca),kakao na mleku 200 g (mleko, soja, gluten), cukier 5g. OBIAD: zupa czerwony barszcz, marchew 15 g, pietruszka 10 g, (seler) 10 g, por 6 g, cebula 5 g, buraczki 50 g, makaron 20g (jajko, mąka), śmietanka15g (mleko), mięso drobiowe 70g, filet drobiowy 70g (jajko 10 g, mąka pszenna) olej 25 g, bułka tarta 10g (gluten), ziemniak 200g, koperk 2 g, natka 2 g kapusta 80g , jabłko 10g, marchew 10g, woda 150g , miód 10g, owoc PODWIECZOREK: kasza manna 25g na mleku 200 g (mleko, mąka pszenna) , wiśnie 50g, herbata malinowa 150g ,cukier 5 g,
Wtorek 10.12.2024 	Bułka wieloziarnista z masłem, polędwicą sopocką i rzodkiewką, płatki owsiane z mlekiem słodzone miodem, herbata owocowa	Zupa pieczarkowa z zacierkami, kotlet z kaszy jaglanej z indykiem, mizeria na jogurcie naturalnym, ziemniaki puree, kompot wieloowocowy, owoc	Galaretka z owocami i bitą śmietaną, słomka biszkoptowa, kawa zbożowa na mleku	ŚNIADANIE: bułka wieloziarnista 35 g(mąka pszenna, woda, mieszanka piekarnicza (mąka pszenna, graham, cukier , mąka pszenna sól, gluten pszeniny, substancje zagęszczające: karboksymetyloceluloza : otręby owsiane, zakwas i siód żytyni, emulgatory: środki do przetwarzania mąki w różnych proporcjach (płatki owsiane, stonecznik, siemię lniane) mąka żytnia, drożdże, olej rzepakowy, sól) masło 4g (mleko), polędwica sopocka 20g (schab wieprzowy, cukier, sól, przyprawy naturalne stabilizatory difosforan disodowy, trifosforan pentasodowy, polifosforan sodu, substancja zagęszczająca : karagen, białko wieprzowe, substancja konserwująca: azotan sodu. Do wyprodukowania 100 g produktu użyto 120 g schabu wieprzowego. Produkt bezglutenowy),rzodkiewka 10g, płatki owsiane 15g z mlekkiem 2000g (mleko), herbata owocowa150g, cukier 5g OBIAD : zupa pieczarkowa, mięso wieprzowe 10g, marchew 15 g, pietruszka 15 g, (seler) 10 g, por 6 g, cebula 5 g, pieczarki 50 g, natka 2 g, koper 2 g i śmietanka 1 8% 10g (mleko), zacierki 20 g (mąka jajko),kasza jaglana 35g, indyk 35g (jajko 5g, mąka pszenna),olej, ogórki 80g, jogurt naturalny 50g (mleko), ziemniaki puree 200g (mleko), kompot wieloowocowy 40g, owoc 100 g PODWIECZOREK: owoce 35g, galaretka 100g, słomka ptyosiowa 10 g, kawa zbożowa 200g (mleko, jęczmień, żyto), śmietanka 30g (mleko)
Środa 11.12.2024 	Bułka maślana z masłem i dżemem truskawkowym przygotowanym w przedszkolnej kuchni, chleb wieloziarnisty z masłem, pastą z makreli, ogórkiem kiszonym, kawa inka na mleku	Kapuśniak z białej kapusty na mięsie, chili con carne (mięso-wołowe- wieprzowe, marchewka, pomidory, cebula, natka pietruszki, fasola szparagowa), ryż paraboliczny, woda źródłana z rumiankiem, owoc	Pizza włoska z szynką i serem, przygotowana w przedszkolnym piecu, kawa zbożowa na mleku	ŚNIADANIE : Bułka maślana 35 g(mąka pszenna, cukier, serwatka w proszku, białko i żółtko jaja w proszku, sól jodowana; sól, jodan potasu;emulgatory; tłuszcz palmowy, przyprawy, enzymy, aromat, środek do przetwarzania mąki; kwas askorbinowy; wanilina barwnik, masło, drożdże, jaja w płynie pasteryzowane, ocet spirytusowy) chleb wieloziarnisty 35g(mąka pszenna żytnia, mieszanka ziaren w różnych proporcjach: płatki(owsiane, żytnie, pszenne, jęczmienne)stonecznik, siemię lniane, sezam, drożdże, sól, siód jęczmienny) masło 8g (mleko), makrela10 g(ryby), ogórek kiszony 10g, kawa inka 5 g na mleku 200 g (mleko, jęczmień, żyto),cukier 5 g OBIAD : zupa kapuśniak, mięso wieprzowe 35 g -wołowe 15g, marchew 30 g, pietruszka 10g, cebula 5 g, seler 10g (seler), por 6g , natka 2 g, koper 2 g, kapusta 50g, ziemniaki 50g, lopatka 10g, wędzona 20g(kielbasa: mięso wieprzowe 44 % , karczek wieprzowy 33 % , woda, tłuszcz wieprzowy, skrobia ziemniaczana, , osłonka jadalna, błonnik roślinny(cytrusowy, ziemniaczany),hydrolizat białka roślinnego, skrobia kukurydziana, sól. Produkt może zawierać zboża zawierające gluten, gorczyce seler, soje, mleka, jajka Boczek wędzony: sól, cukier, przyprawy naturalne, substancja konserwująca, azotan sodu. Do wyprodukowania 100g produktu użyto133 g boczku wieprzowego. Produkt bezglutenowy), marchew10g, pomidory 30g ,koncentrat pomidorowy 5 g, fasolka szparagowa 15 g, ryż paraboliczny 35g, woda źródłana 150g, rumianek 5 g , owoc 100 G PODWIECZOREK : pizza (mąka pszenna 40g, drożdże 2 g, ser żółty 30g) szynka 20g (szynka wieprzowa, sól, cukier, przyprawy naturalne stabilizatory difosforan disodowy, trifosforan pentasodowy, polifosforan sodu, substancja zagęszczająca: karagen, białko wieprzowe, substancja konserwująca, azotan sodu. Do wyprodukowania 100g produktu użyto 120 g mięsa wieprzowego. Produkt bezglutenowy), kawa zbożowa 5 g na mleku 200g (mleko, żyto, jęczmień), pomidory 20 g, kawa zbożowa 8g na mleku 200 g (mleko, żyto, jęczmień) cukier 5
Czwartek 12.12.2024 	Bułka lniana z masłem, schabem gotowany i rzodkiewką, płatki ryżowe na mleku słodzone miodem, herbata owoce leśne	Zupa z soczewicy zielonej na mięsie, naleśniki z twarogiem i sosem jagodowym oraz odrobiną bitej śmietany, woda źródłana z pomarańczę, owoc	Bułka owsiana, masło, pasta z wędzonego kurczaka, mix sałat, ser żółty, kakao na mleku	ŚNIADANIE: Bułka lniana 35 g(mąka pszenna, woda, mąka żytnia , siemię lniane, powidła śliwkowe (przecier śliwkowy, cukier, barwnik, substancja zagęszczająca :guma guar: regulator kwasowości: kw. cytrynowy ;substancja żelująca: pektyny; sós. konserwująca drożdże, sól siód jęczmienny) , masło 4g (mleko), schab gotowany 20g(schab wieprzowy, sól, cukier, przyprawy naturalne, stabilizatory difosforan disodowy, tri fosforan perta sodowy, polifosforan sodu, substancja zagęszczająca karagen, białko wieprzowe, substancja konserwująca azotan sodu. Do wyprodukowania 100 g produktu zużyto 102 g schabu wieprzowego), rzodkiewka 10g, miód 5 g ,płatki ryżowe 25g na mleku 200 g (mleko, mąka pszenna) , miód 5g, herbata owoce leśne 150g, cukier 5g OBIAD: zupa z soczewicy zielonej-mięso wieprzowe 20 g, marchew 15 g, pietruszka 15 g, (seler) 10 g, por 5g, cebula 5 g, koper 2 g, natka 2 g i śmietanka 18 % 15g (mleko), soczewica 20g, naleśniki (mąka pszenna 50g ,jajko 10g, mleko 80g, ser twarogowy 50g), jagody 20 g ,śmietanka 30 g (mleko) ,olej 20 g, woda 150g, pomarańcza 10 g, owoc 100 g PODWIECZOREK : bułka owsiana 60g (mąka pszenna, woda, mąka pszenna graham, płatki owsiane, mleko, miód sztuczny (syrop glukozowo –fruktozowy, cukier, woda, kwas cytrynowy, olej rzepakowy, sól, drożdże), masło 8g (mleko), kurczak wędzony 10g (filet z indyka 70% , woda, sól, białko pochodzenia wieprzowego, ekstrakty drożdżowe, , błonnik pszeniny, ocet spirytusowy, cukier, aromat) majonez 3g (jajko, gorczyzca) sałata 5g, ser żółty 20g (mleko), kakao 5g na mleku 200g (mleko, soja, gluten) cukier 5g.
Piątek 13.12.2024 	Bułka poznańska z dżemem wiśniowym przygotowanym w przedszkolnej kuchni, chleb kołodziej z masłem, szynką drobiową i sałatą, kawa inka na mleku	Zupa jarzynowa, filet z miruny w płatkach zbóż i nasionach suszonych, ziemniaki puree, fasolka szparagowa żółta na parze z maselkiem, woda źródłana z cytryną, marchewka do chrupania	Koktajl jogurtowo - maślankowo - bananowy, wafle ryżowe	ŚNIADANIE: bułka poznańska 30g(mąka pszenna ,żytnia, olej rzepakowy, drożdże, sól, cukier), chleb kołodziej 30g(mąka pszenna, woda, mieszanka piekarnicza(stonecznik, mąka pszenna graham, siemię lniane, cukier, mąka pszenna, sól, gluten pszeniny, substancja zagęszczająca: karboksymetyloceluloza: otręby owsiane, zakwas i siód żytyni , emulgatory, środki do przetwarzania mąki; kwas askorbinowy, enzymy) mąka żytnia, płatki owsiane, drożdże) masło 8 g(mleko), szynka drobiowa 20g(filet z kurczaka 85 % , udo z kurczaka 18%, syrop klonowy, sól, cukier, przyprawy naturalne, substancje konserwujące, azotyn sodu. Produkt bezglutenowy), sałata 5g ,wiśniowy 10g, kawa inka 5g na mleku 200 g (mleko, jęczmień, żyto), cukier 5g. OBIAD: zupa jarzynowa, marchew 20 g, pietruszka 15 , (seler)15 g, por 6g,cebula 5 g , koper 2 g, natka 2 g, mięso drobiowe 10g, śmietanka 18 % 15g (mleko), fasolka szparagowa zielona 10g, kapusta biała 10g, kalafior 10 g, miruna 70g w płatkach zbóż i nasionach suszonych: stonecznik 1 g, siemię lniane 1 g, płatki owsiane 1 g (płatki owsiane, mąka pszenna, ryba, jajko), ziemniaki puree (mleko), fasolka szparagowa z maselkiem 80 g (mleko), olej 25 g, marchew 50g, woda 150g, cytryna 5 g. PODWIECZOREK: jogurt 100g (mleko),maślana 100g (mleko),banan 50g, wafle ryżowe 10g

*przedszkole zastrzega sobie prawo do zmian, woda źródłana dostępna w każdej grupie przez cały dzień, tłustym drukiem oznaczono alergeny mogące znajdować się w danym daniu lub produkcie, potrawy przygotowywane w piecu konwekcyjno – parowym, składły wszystkich potraw do wglądu u intendenta