# J**adłospis dla Miejskiego Przedszkola Nr 1 w Lubaczowie od 14.12.2021 do 28.12.2021r.**

# **Jadłospis zawiera wykaz składników powodujących alergię lub reakcje nietolerancji użytych do przygotowania potraw. *( Alergeny)***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Data** | **Śniadanie** | **Obiad** | **Podwieczorek** |
| **14.12** **Wtorek** | **Bułka graham z masłem**  **Filet z makreli w oleju**  **Herbata z cytryną i miodem**  **naturalnym**  **IIśn.Jogurt odporność +jabłko** | **Zupa kalafiorowa**  **Skład:**kurczak,kalafior,śmietana,ziemniaki,włoszczyzna przypr.zioł,włoszczyzna,(***seler,śmietana)***  **Kurczak w sosie słodko-kwaśnym z ryżem** Skład: ryż,cebula,filet z kurczaka, ananas,papryka, włoszczyzna,przyprawy ziołowe,passata pomidorowa  **Kompot wieloowocowy** | **Koktajl bananowy + chrupki kukurydziane** Skład: kefir ,miód,banan (kefir)  \*wyrób własny |
| **15.12** **Środa** | **Chleb 4ziarna z masłem, serem żółtym i papryką  *(pszenica, masło,ser żółty, mleko)***  **Kakao**  **IIśn.Mieszanka bakaliowa +marchew** | **Zupa z soczewicy** Skład:kurczak,makaron włoszczyzna, soczewica, pomidor,przypawy ziołowe  **Kotleciki z wątróbki z pieczonymi ziemniakami, surówka z kapusty pekińskiej .** Skład:olej,jaja,cebula wątróbka,marchew, ziemniaki,kapusta pekińska ***(jaja)***  **Kompot wieloowocowy** | **Talerz owocowej obfitości**  **(banan,kiwi,mandarynka,jabłko,gruszka,winogron)** |
| **16.12** **Czwartek** | **Bułka graham z masłem**  **Płatki owsiane na mleku *(owies,masło,mleko)***  **II śn.Banan** | **Zupa ogórkowa z kaszą pęczak** Skład: kurczak, ogórkikiszone ,śmietana ,kasza pęczak, włoszczyzna(śmietana *seler*).  **Spaghetti** Skład: makaron, mięso mielone,olej przecier pomidorowy, przyprawy zioł *(****pszenica)***  **Kompot wieloowocowy** | **Deser jeżyki + chrupki kukurydziane**  ***(śmietana, miód , ser biały,kukurydza)***  \*wyrób własny |
| **17.12** **Piątek** | **Rogal maślany z masłem i miodem naturalnym**  ***(pszenica,żyto,masło,mleko)***  **Mleko**  **IIśn.Jabłko+marchew** | **Zupa pomidorowa** Skład: kurczak, przecier pomidorowy, włoszczyzna, makaron **(ś*mietana, seler, pszenica )***  **Pieczeń rzymska z ziemniakami i surówka Colesław** Skład;mięso wiep, jaja,cebula,przypr zioł,kapusta biała,jogurt nat.,ziemniaki***(jaja,smietan***  **Kompot wieloowocowy.** | **Jogurt owocowy**  **banan** |
| **20.12** **Poniedziałek** | **Bułka graham z serkiem almette, rzodkiewką i szczypiorkiem *(pszenica, serek,żyto)***  **Kawa inka z mlekiem**  **IIśn.Winogrono+marchew** | **Zupa ryżowa z warzywami Skład:** włoszczyzna, ryż, przypr. ziołowe, kurczak, koperek,bukiet jarzyn (***seler)***  **Makaron zapiekany z jabłkami i cynamonem**Skład:  Makaron,cynamon,jabłka,masło,cukier***(pszenica,masło)***  **Kompot wieloowocowy.** | **Chleb razowy z masłem, kiełbasą krakowską, sałatą i pomidorem**  **Herbata z sokiem malinowym** |
| **21.12** **Wtorek** | **Płatki jaglane na mleku i bułka kukurydziana z masłem *(mleko,pszenicamasło)***  **IIśn.Mandarynka+żurawina** | **WIGILIA**  **Barszcz czerwony z fasolą Skład**: buraki,śmietana, fasola,włoszczyzna,ziemniaki,przyprawy ziołowe **(*seler śmietana)***  **Filet z miruny z ziemniakami i kapusta zasmażana** Skład:miruna,jaja,olej,ziemniaki,przyprawy ziołowe,  kapusta biała,marchew,cebula ***(jaja,ryba)***  **Kompot wieloowocowy** | **Piernik świąteczny**  **Skład:mąka, jaja, miód.**  **kakao,przyprawa**  **Sok jabłkowy** |
| **22.12** **Środa** | **Bułka graham z masłem i dżemem *(pszenica, masło)***  **Mleko.**  **II śn.Banan** | **Zupa jarzynowa S**kład: kurczak, włoszczyzna, ziemniaki, śmietana, makaron ***(seler, śmietana)***  **Gulasz z kaszą gryczaną i ogórkiem kiszonym** Skład:udziec z indyka , kasza gryczana, warzywa, przyprawy, ogórek kiszony  **Kompot wieloowocowy.** | **Deser truskawkowo-bananowy**  Skład:jogurt grecki,herbatnik,kakao,  truskawki,banan,  ***(jogurt grecki)***  **\*** wyrób własny |
| **23.12** **Czwartek** | **Chleb z masłem i pasztetem**  **drobiowym, ogórkiem kiszonym**  **Herbata z cytryną i miodem**  **IIśn. Jabłko+marchew** | **Krupnik Skład**: kurczak, włoszczyzna, kasza jęczmienna, ziemniaki**(*śmietana, seler)***  **Pierogi leniwe ze śmietaną** Skład:jaja, mąka,ser biały, cebula, śmietana, masło*( jaja, pszenica, śmietana*  **Kompot wieloowocowy** | **Wafle ryżowe**  **i**  **jogurt owocowy** |
| **27.12** **Poniedziałek** | **Bułka z serkiem Bieluch, papryką**  **Kakao**  **II śn.Jabłko + marchew** | **Zupa grochowa z makaronem** Skład: kurczak, makaron, włoszczyzna, groch przecierany ***(*** ***seler, pszenica groch)***  **Ryż na mleku z sosem truskawkowym** Skład: ryż, mleko, truskawka, jogurt nat *(mleko, jogurt nat)*  **Kompot wieloowocowy** | **Chleb razowy z masłem, sałatą, szynką i ogórkiem kiszonym (*masło, pszenica)***  **Herbata z miodem**  **i cytryną.** |
| **28.12** **Wtorek** | **Chleb 4ziarna z masłem i jajkiem gotowanym i szczypiorek**  **Kawa inka na mleku**  **IIśn. Winogrono +marchew** | **Barszcz biały** Skład: kurczak, żur. nat, włoszczyzna, ziemniaki (***jaja, śmieatna ,seler)***  **Kotlet mielony, ziemniaki, ćwikła** Skład; mięso, cebula, jaja, przyprawy ziołowe,ziemniaki,buraki **(*jaja,śmietana)***  **Kompot wieloowocowy** | **Pianka jogurtowa**  Skład: galaretka truskawkowa ,jogurt grecki  *(jogurt grecki)*  **\****wyrób własny* |

**\*Jadłospis na dany dzień może ulec zmianie z przyczyn niezależnych od przedszkola**

**Szef kuchni: Dyrektor Intendent:**