# 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:**