# J**adłospis dla Miejskiego Przedszkola Nr 1 w Lubaczowie od 13.01.2022 do 26.01.2022r.**

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Data** | **Śniadanie** | **Obiad** | **Podwieczorek** |
|  **13.01** **Czwartek** | **Chleb razowy z masłem, jajkiem gotowanym i szczypiorkiem *(pszenica,żyto,masło,mleko)*****Kawa inka na mleku****II śn.Jabłko i marchew** | **Zupa pomidorowa** Skład kurczak,włoszczyzna, przecier pomidorowy,makaron***(śmietana,seler, pszenica )*****Pieczeń rzymska z ziemniakami i ćwikła** Skład;mięso wiep, jaja,cebula,przypr zioł,ziemniaki,buraki,chrzan**Kompot wieloowocowy.** | **Deser jeżyki + chrupki kukurydziane*****(śmietana, miód , ser biały,kukurydza)***\*wyrób własny |
| **14.01****Piątek** | **Płatki jaglane na mleku i bułka graham z masłem *(mleko, pszenica masło)*** **II IIśn.Jabłko +marchew** | **Zupa jarzynowa** Skład: kurczak,ziemniaki,włoszczyznakalafior, por, groszek zielony,brukselka, śmietan,przyp. zioł **(*seler)*.****Pulpety rybne w sosie koperkowym z kaszą bulgur i surówka z marchwi i selera** Skład:morszczuk ,jaja,cebula,olej, śmietana,przyprawy ziołowe,kasza bulgur,koper,marchew,seler***(jaja,ryba,seler)*****Kompot wieloowocowy** | **Jogurt BIO** |
| **17.01****Poniedziałek** | **Bułka graham z serkiem z łososiem, szczypiorkiem** **i pomidorem (pszenica,mleko, ser)****Kawa inka na mleku****IIśn.Gruszka + marchew** | **Krupnik Skład**: kurczak, włoszczyzna, kasza jęczmienna ziemniaki,przyprawy,śmietana **(*śmietana, seler)*****Racuchy z musem truskawkowym** Skład: mąka, jaja, olej,mleko,drożdże,kefir,truskawki **(*mleko, pszenica, jaja,kefir)*****Kompot wieloowocowy** | **Chleb 4ziarna z masłem szynką drobiową i papryką*(pszenica,masł*o)****Herbata z cytryną i miodem nat.** |
| **18.02****Wtorek** | **Płatki owsiane, bułka z masłem *(mleko, pszenica, masło)*****IIśn.Banan** | **Zupa z ciecierzycy z makaronem** Skład:kurczak,włoszczyzna,makaron,ciecierzyca,por,koncentrat pomidorowy***(seler,ciecierzyca)*****Filet z kurczaka w ziołach, ziemniaki pieczone i sałatka z pomidora,ogórka w śmietanie Skład:** filet z piersi kuczaka, przypr..ziołowe,olej,ziemniaki,pomidor, ogórek ,szczypior,śmietana***(śmietana)*****Kompot wieloowocowy.** | **Mini pizza z ketchupem****Herbata z cytryną i miodem** |
| **19.02****Środa** | **Chleb 4ziarna z serkiem z jogurtów greckich,szczypior i rzodkiewka( *pszenica,jogurt grecki)*****Kakao****II śn.Banan** | **Zupa ogórkowa** Skład: kurczak, ogórkikiszone śmietana,kasza pęczak, włoszczyzna***(śmietana, seler)*****Makaron Penne w sosie mięsno -warzywnym** Skład:makaron,filet z kurczak,cebula,włoszczyzna, przecier pomidorowy ***(seler,pszenica)*****Kompot wieloowocowy** | **Murzynek z bananem Skład:mąka,kakao,jaja,****banan*(pszenica,jaja)******\****wyrób własny**Herbata owocowa** |
| **20.02****Czwartek** | **Bułka graham z pomidorem****malinowym i szczypiorkiem****Kakao****II śn.Winogron+ marchew** | **Zupa ziemniaczana** Skład: kurczak , ziemniaki,czosnek,włoszczyzna (seler)**Gulasz kolorowy z kaszą gryczaną**Skład: udziec z indyka, kasza gryczana, warzywa,przyprawy**Kompot wieloowocowy** | **Mleczny deser z kolorową kostką**Skład :mleko,galatetka jagodowa,agrestowa, cytrynowa,truskawkowa,***(mleko)***\*wyrób własny |
| **21.02****Piątek** | **Chleb 4ziarna z pastą z tuńczyka i papryka*(pszenica)*****Herbata owocowa****IIśn. Jabłko i marchew** | **Barszcz czerwony z fasolą Skład**: buraki, włoszczyzna, ziemniaki, fasola , przyprawy ziołowe **(*seler ,śmietana)*****Pierogi ruskie ze śmietaną** Skład: ser biały, mąka, jaja, ziemniaki, masło klarowane,ziołowe przyprawy,**(*pszenica, jaja,ser,masło biały,masło)*****Kompot wieloowocowy.** | **Deser mleczny do kieszonki Bakuś** |
| **24.01****Poniedziałek** | **Bułka graham z serkiem Bieluch, rzodkiewką i szczypiorkiem *(pszenica,serek,mleko)*****Kawa inka na mleku****II śn .Pomarańcz**  | **Żurek S**kład:kurczak,włoszcz.,jaja, ziemniaki,kiełbasa, majeranek,czosnek,żur.nat,przyprawy zioł**(seler,jaja)****Makaron zapiekany z jabłkami**Skład: makaron, jabłka, cynamon, cukier ***(pszenica)*****Kompot wieloowocowy.** | **Chleb graham z pasztetem drobiowym, papryką i ketchupem****(*pszenica)*****Herbata z cytryną i miodem nat.** |
| **25.01****Wtorek** | **Bułka graham z masłem i miodem naturalnym*(masło,pszenica)*****Mleko****IIśn.Jabłko + marchew** | **Zupa koperkowa** Skład: kurczak, włoszczyzna,makaron ,koper, śmietana ***(śmietana,*** ***seler)*****Pulpeciki w sosie własnym z kaszą jęczmienna i surówka z kapusty pekińskiej Skład:** mięso wieprz., przypr. zioł.,kasza jeczmienna, cebula, czosnek, jaja ,kapusta pekińska olej,marchewka (***jaja)*****Kompot wieloowocowy** | **Deser truskawkowo-bananowy**Skład:jogurt grecki,herbatnik,kakao,truskawki,banan,***(jogurt grecki)*****\*** wyrób własny |
| **26.01****Środa** | **Chleb razowy z masłem i kolorowy talerz warzywny** Skład:ogórek,papryka,sałata, rzodkiewka***(pszenica,masło*** ***mleko)*****Kakao****IIśnMandarynka** | **Zupa ryżowa z warzywami Skład:** bukiet jarzyn, ryż, przypr. ziołowe, kurczak, koperek (***seler)*****Kotleciki z wątróbki z pieczonymi ziemniakami, surówka z kapusty kiszonej.** Skład:olej,jaja,wątróbka, cebula,marchew,ziemniaki,kapusta kiszona ***(jaja)*** **Kompot wieloowocowy** | **Pianka jogurtowa** Skład: galaretka agrestowa ,jogurt grecki*(jogurt grecki)***\****wyrób własny* |

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

 **Szef kuchni: Dyrektor Intendent:**