# J**adłospis dla Miejskiego Przedszkola Nr 1 w Lubaczowie od 29.12.2021 do 12.01.2022r.**

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Data** | **Śniadanie** | **Obiad** | **Podwieczorek** |
| **29.12** **Środa** | **Bułka z masłem i miodem**  **Kawa inka z mlekiem**  **II śn. Jabłko** | **Zupa pomidorowa** Skład: kurczak, przecier pomidorowy, włoszczyzna, makaron **(ś*mietana, seler, pszenica )***  **Kotlet mielony, ziemniaki i fasolka szparagowa**Skład; mięso drobiowe, cebula, jaja, przyprawy ziołowe,fasolka szparagowa, olej,masło, bułka tarta**(*jaja,masło)***  **Kompot wieloowocowy** | **Deser jeżyki + chrupki kukurydziane**  ***(śmietana, miód , ser biały,kukurydza)***  \*wyrób własny |
| **30.12** **Czwartek** | **Bułka graham z masłem i jajecznica *(pszenica, serek,żyto)***  **Mleko**  **IIśn. Jabłko** | **Zupa jarzynowa S**kład: kurczak, włoszczyzna,makaron, śmietana,bukiet jarzyn, ***(seler, śmietana)***  **Gulasz z kaszą jęczmieną i ogórkiem kiszonym** Skład:filet z kurczaka, kasza jęczmiena, warzywa, przyprawy, ogórek kiszony  **Kompot wieloowocowy** | **Płatki ryżowe na mleku**  **z musem truskawkowym** |
| **31.12** **Piątek** | **Płatki owsiane na mleku, bułka graham z masłem**  **II śn.Jabłko** | **Zupa ryżowa z warzywami Skład:** włoszczyzna, ryż, przypr. ziołowe, kurczak, koperek,bukiet jarzyn (***seler)***  **Placki ziemniaczane ze śmietaną** Skład: ziemniaki, cebula, olej, przypr.ziołowe, mąka, śmietana,jaja (***pszenica,nabiał,jaja)***  **Kompot wieloowocowy** | **Koktajl truskawkowy** |
| **03.01** **Poniedziałek** | **Bułka graham z masłem i jajkiem gotowanym i szczypiorek*(masło,pszenica)***  **Kawa inka na mleku**  **IIśn.Jabłko+marchew** | **Zupa porowo-ziemniaczana** Skład: kurczak ,por, ziemniaki,czosnek,włoszczyzna,śmietana  ***(śmietana,seler)***  **Ryż na mleku z sosem truskawkowym** Skład: ryż, mleko, truskawka, jogurt nat ***(mleko, jogurt nat)***  **Kompot wieloowocowy.** | **Chleb razowy z masłem, kiełbasą krakowską, sałatą i ogórkiem kiszonym*(pszenica,żyto,masło)***  **Herbata z cytryną** |
| **04.01** **Wtorek** | **Płatki jaglane na mleku i bułka kukurydziana z masłem *(mleko,pszenica,masło)***  **IIśn.Banan+marchew** | **Rosół drobiowy**Skład:podudzie z kurczaka, makaron,przyprawy zioł, włoszczyzna***(seler,pszenica)***  **Udko pieczone,ziemniaki i buraczki na ciepło S**kład:ziemniaki,buraczki,podudzie z kurczaka,  Śmietana***(śmietana)***  **Kompot wieloowocowy.** | **Deser góra lodowa**  Skład :galaretka wieloowocowa, twaróg,miód,wafel tortowy  ***(twaróg)***  **\* wyrób własny** |
| **05.01** **Środa** | **Bułka graham z serkiem z jogurtów greckich i pomidor koktajowy**  ***(pszenica,masło, jogurt grecki)***  **Kawa inka z mlekiem**  **IIśn.Mandarynka** | **Zupa pomidorowa** Skład: kurczak, przecier pomidorowy, włoszczyzna, makaron **(ś*mietana, seler, pszenica )***  **Kolorowy kociołek z kaszą bulgur** Skład: filet z kurczaka cebula ,pomidory, kukurydza,marchewka, czosnek,cukinia, przyprawy ziołowe  **Kompot wieloowocowy** | **Brownie z czerwonej fasoli i banana** Skład:fasola,  jaja,banan,kakao,***(jaja)*** |
| **07.01** **Piątek** | **Chleb 4ziarna z pasztetem**  **drobiowym, ogórkiem kiszonym*(pszenica,żyto)***  **Herbata z cytryną i miodem**  **II śn.Banan** | **Zupa fasolowa** Skład: fasola Jaś, makaron, włoszcz, przypr. ziołowe (***seler, pszenica)***  **Kotlet z morszczuka, pieczone ziemniaki i surówka z marchwii i selera w jogurcie naturalnym** Skład:olej, morszczuk,cebula, ziemniaki,seler,marchew, jaja,jogurt naturalny,przypr. ziołowe***(jaja,seler,jogurt nat,ryba)***  **Kompot wieloowocowy.** | **Jogurt owocowy** |
| **10.01** **Poniedziałek** | **Bułka graham z masłem, pomidorem i szczypiorkiem**  ***(pszenica,masło)***  **Kakao**  **IIśn. Jabłko+marchew** | **Zupa ogórkowa** Skład: kurczak, ogórkikiszone, śmietana,kasza pęczak, włoszczyzna***(śmietana seler).***  **Naleśniki z serem białym i sosem truskawkowym** Skład:mąka,jaja,olej,ser biały,miód,twaróg,truskawki,  kefir **(*ser biały, pszenica, jaja)***  **Kompot wieloowocowy** | **Chleb graham z masłem, szynką drobiową, papryką i sałatą**  **zieloną (*pszenica, gorczyca, masło)***  **Herbata z cytryną i miodem nat.** |
| **11.01** **Wtorek** | **Bułka graham z masłem i dżemem *(pszenica, masło)***  **Mleko.**  **II śn.Jabłko + marchew** | **Zupa grochowa z makaronem** Skład: kurczak, makaron, włoszczyzna, groch przecierany ***(seler, pszenica groch)***  **Gołąbki bez zawijania z sosem pomidorowym** Skład: ryż, marchewka ,mieso mielone, kapusta pekińska,cebula, przyprawy ziołowe  **Kompot wieloowocowy** | **Jogurt naturalny z**  **miodem**  **i**  **chrupki kukurydziane**  **\*wyrób własny** |
| **12.01** **Środa** | **Bułka z serkiem Bieluch, papryką**  **Herbata malinowa**  **IIśn. Winogrono +marchew** | **Krupnik Skład**: kurczak, włoszczyzna, kasza jęczmienna, ziemniaki**(*śmietana, seler)***  **Łazanki .** Skład: kapusta biała, mięso wieprz., cebula, makaron, przyprawy ziołowe, olej ***(pszenica***  **Kompot wieloowocowy** | **Koktajl brzoskwiniowy + chrupki kukurydziane** Skład: kefir ,miód,brzoskwinie **(kefir)**  **\*wyrób własny** |

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

**Szef kuchni: Dyrektor Intendent:**