# J**adłospis dla Miejskiego Przedszkola Nr 1 w Lubaczowie od 01.02.2022 do 14.02.2022r.**

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Data** | **Śniadanie** | **Obiad** | **Podwieczorek** |
| **01.02** **Wtorek** | **Chleb razowy z serkiem z jogurtów greckich,**  **rzodkiewka i szczypiorek**  (pszenica,masło,jogurt grecki)  **Kawa inka na mleku**  **II śn.Pomarańcz** | **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** | **Mus owocowy** |
| **02.02** **Środa** | **Bułka graham z masłem**  **Płatki owsiane na mleku**  **IIśn.Jabłko + żurawina** | **Żurek S**kład:kurczak,włoszcz.,jaja, ziemniaki,kiełbasa, majeranek,czosnek,żur.nat,przyprawy zioł**(seler,jaja)**  **Kluski śląskie ze śmietaną** Skład;mąka,jajka,masło,ziemniaki (jaja,masło,pszenica)  **Kompot wieloowocowy** | **Galaretka truskawkowa** |
| **03.02** **Czwartek** | **Chleb razowy z pastą jajeczną,rzodkiewką, szczypiorkiem i papryką (*pszenica,jaja, mleko)***  **Kakao**  **II śn.Winogrono + morela suszona** | **Zupa ziemniaczana.** Skład: kurczak, włoszczyzna, ziemniaki, majeranek, czosnek. **(*seler)*.**  **Kurczak w sosie śmietanowo-ziołowym z kaszą bulgur** Skład: filet z kurczak, śmietana,cebula, przyprawy ziołowe,kasza bulgur  **Kompot wieloowocowy** | **Deser “Leśny mech”**  Skład :biszkopt ze szpinakiem,granat,ser biały,miód***(pszenica,jajka)***  ***\*wyrób własny*** |
| **04.02** **Piątek** | **Chleb 4ziarna z pastą twarogową i papryką**  ***(pszenica,ser biały,śmietana)***  **Herbata z sokiem malinowym**  **IIśn. Banan** | **Zupa fasolowa** Skład: fasola Jaś, makaron, włoszcz, przypr. ziołowe (***seler, pszenica)***  **Kotlet mielony, ziemniaki i buraczki na ciepło**Skład; mięso drobiowe, cebula, jaja, przyprawy ziołowe,buraki  czerwone, olej,śmietana bułka tarta**(*jaja,masło***  **Kompot wieloowocowy** | **Deser z kaszy manny**  **z musem truskawkowym**  Skład :mleko,kakao,kasza manna,herbatniki,truskawki***\****wyrób własny |
| **07.02** **Poniedziałek** | **Bułka graham z masłem**  **Płatki owsiane na mleku *(owies,masło,mleko)***  **IIśn.Mandarynka** | **Zupa brokułowa Skład:**włoszczyzna,makaron,przypr. zioł,śmietana,kurczak,brokuł***(seler,śmietana,pszenica)***  **Ryż na mleku z jabłkami i sosem truskawkowym** Skład:  ryż,mleko,jabłka,truskawki,kefir ***(mleko,kefir)***  **Kompot wieloowocowy** | **Chleb 4ziarna z masłem, sałatą, pasztetem drobiowym i ogórkiem kiszonym (*masło, pszenica)***  **Herbata z miodem**  **i cytryną.** |
| **08.02** **Wtorek** | **Bułka graham z masłem i miodem naturalnym*(masło,pszenica)*** **Mleko**  **II śn.Mieszanka bakaliowa+**  **marchewka** | **Rosół wołowo- drobiowy.** Skład: kurczak, mięso wołowe, włoszczyzna, makaron,przyprawy ziolowe. **Pasztet mięsno – warzywny, ziemniaki i surówka Colesław** Skład:ziemniaki,jaja,kurczak,kapusta biała,marchew,włoszczyzna ***( jaja,seler)***  **Kompot wieloowocowy.** | **Koktajl bananowy + chrupki kukurydziane** Skład: kefir ,miód,banan (kefir)  \*wyrób własny |
| **09.02** **Środa** | **Chleb 4ziarna z serkiem z łososia,rzodkiewką i szczypiorkiem**  ***(pszenica,serek)***  **Kawa inka na mleku**  **IIśn.Jabłko+marchew** | **Zupa pomidorowa Skład:** kurczak, przecier pomidorowy, włoszczyzna,makaron **(***seler,* **ś*mietana)***  **Kolorowy kociołek z ryżem brązowym** Skład: filet z kurczaka cebula ,pomidory,ryż brązowy,kukurydza, marchewka,czosnek,cukinia,przyprawy ziołowe  **Kompot wieloowocowy.** | **Ciasto biszkoptowe**  **z jabłkiem**  **Skład:mąka,jaja,jabłka**  ***(pszenica,jaja)***  ***\****wyrób własny  **Herbata owocowa** |
| **10.02** **Czwartek** | **Bułka graham z masłem**  **Płatki ryżowe na mleku *(owies,masło,mleko)***  **II śn.Banan** | **Krupnik Skład**: kurczak, włoszczyzna, kasza jęczmienna, ziemniaki**(*śmietana, seler)***  **Pieczeń z indyka w sosie własnym, ziemniaki i surówka z pora w jogurcie naturalnym** Skład:; filet z indyka, przyp. zioł, mąka,marchewka,masło ziemniaki ***(masło)***  **Kompot wieloowocowy** | **Talerz owocowej obfitości**  **(winogron,kiwi,banan mandarynka,ananas jabłko)** |
| **11.02** **Piątek** | **Chleb 4ziarna z masłem i**  **dżemem truskawkowy**  ***(pszenica,żyto,masło)***  **Mleko**  **IIśn.Jabłko + marchew** | **Zupa jarzynowa** Skład: kurczak,makaron, włoszczyzna  kalafior, por, groszek zielony,brukselka, śmietan,przyp zioł***(seler).***  **Ryba po grecku z kaszą jęczmienną**Skład :miruna,kasza jęczmienna, marchewka ,olej, przyprawy ziołowe  **Kompot wieloowocowy** | **Jogurt owocowy** |
| **14.02** **Poniedziałek** | **Bułka graham z masłem i kolorowy talerz warzywny** Skład:ogórek,papryka,sałata, rzodkiewka***(pszenica,masło)***  **Kakao**  **IIśn.Jabłko+ marchew** | **Kapuśniak z pomidorami i soczewicą**Skład: kurczak, włoszczyzna, ziemniaki,kapusta,pomidory, majeranek, czosnek,soczewica **(*seler)***  **Makaron z białym serem** Skład:makaron, twaróg,masło cebula,przyprawy ziołowe(***pszenica)***  **Kompot wieloowocowy** | **Chleb razowy z masłem, kiełbasą krakowską, ogórkiem kiszonym**  **Herbata z sokiem malinowym** |

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

**Szef kuchni: Dyrektor Intendent:**