# J**adłospis dla Miejskiego Przedszkola Nr 1 w Lubaczowie od 01.09.2022 do 14.09.2022r.**

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Data** | **Śniadanie** | **Obiad** | **Podwieczorek** |
| **01.09**  **Czwartek** | **Rogal maślany z masłem i dżemem truskawkowym**  **Mleko**  ***(pszenica, masło,mleko)***  **IIśn. Arbuz** | **Zupa ziemniaczana** Skład: kurczak ,ziemniaki, czosnek, włoszczyzna ***(seler)***  **Spaghetti** Skład: makaron, mięso mielone,olej przecier pomidorowy, przyprawy zioł *(****pszenica)***  **Kompot wieloowocowy** | **Morela**  **i soczek owocowy** |
| **02.09** **Piątek** | **Bułka graham z masłem**  **Płatki owsiane na mleku *(owies,masło,mleko)***  **IIśn. Banan i marchew** | **Zupa z ciecierzycy z makaronem** Skład:kurczak, por, włoszczyzna,makaron,ciecierzyca,koncentrat pomidorowy (seler,ciecierzyca)  **Kotleciki z morszczuka,ziemniakami i surówka Colesław.** Skład: morszczuk,jaja,olej,cebula, marchew, ziemniaki,kapusta biała,jogurt nat ***(ryba,jogurt grecki)***  **Kompot wieloowocowy** | **Jogurt owocowy** |
| **05.09** **Poniedziałek** | **Chleb 4ziarna z masłem i kolorowy talerz** Skład:ogórek,papryka  sałata,,jaja,kabanosy,  rzodkiewka**(*pszenica,***  ***masło) Kakao***  **IIśn. Śliwki i marchew** | **Zupa pomidorowa z makaronem** Skład:kurczak,włoszczyzna makaron,przecier pomidorowy***(seler,śmietana)***  **Ryż z jabłkami na mleku z sosem truskawkowym** Skład: ryż,jabłka, mleko, kefir, truskawka ***(mleko,kefir)***  **Kompot wieloowocowy** | **Chleb graham z szynką drobiową ,sałatą zieloną**  **i papryką**  **(*pszenica,gorczyca,masło)* Herbata z cytryną i miodem nat.** |
| **06.09** Wtorek | **Płatki jaglane na mleku i bułka kukurydziana z masłem *(mleko,pszenica,masło)***  **IIśn. Arbuz** | **Zupa ogórkowa** Skład: kurczak, ogórkikiszone,jogurt grecki,kasza pęczak, włoszczyzna***(śmietana, seler)***  **Kotlet mielony, ziemniaki i mizeria** Skład; mięso drobiowe, cebula, jaja, przyp.ziołowe ogórki,olej,jogurt grecki,bułka tarta**(*jaja,masło,jogurt naturalny)***  **Kompot wieloowocowy** | **Mus owocowy** |
| **07.09** Środa | **Bułka graham z serkiem Bieluch, rzodkiewką i szczypiorkiem *(pszenica, serek ,żyto)***  **Kawa inka na mleku**  **IIśn.Śliwki** | **Zupa koperkowa** Skład: kurczak, włoszczyzna,makaron koper, śmietana ***(śmietana,seler)***  **Gulasz kolorowy z kaszą bulgur** Skład: udziec z indyka, kasza bulgur, warzywa ,przyprawy  **Kompot wieloowocowy** | **Muffinki marchewkowe**  Skład:marchewka,mąka,jaj,jabłka,wiórka kokosowe  **\*wyrób własny** |
| **08.09**  Czwartek | **Bułka graham z masłem i nutellą ze śliwek**Skład:śliwki,czekolada gorzka,kakao ***(pszenica,masło)*Mleko**  ***\*wyrób własny***  **IIśn.Gruszka** | **Zupa kalafiorowa** Skład: kurczak,ziemniaki, włoszczyzna,jogurt grecki,kalafior,przyp zioł ***(śmietana,seler)***  **Łazanki .** Skład: kapusta biała, mięso wieprz., cebula, makaron, przyprawy ziołowe, olej ***(pszenica)***  **Kompot wieloowocowy** | **Pudding chia z kiwi**  Skład:jogurt naturalny,nasiona chia,kiwi  **\*wyrób własny** |
| **09.09** **Piątek** | **Chleb 4ziarna z masłem i filetem z makreli w pomidorach i papryka**  **Herbata z cytryną**  **II śn Arbuz** | **Barszcz czerwony z fasolą Skład**: buraki, włoszczyzna, ziemniaki, fasola , przyprawy ziołowe **(*seler ,śmietana)***  **Pierogi z jogurtem naturalnym** Skład: ser biały, mąka, jaja, ziemniaki, masło klarowane,jogurt naturalny przyprawy ziołowe **(*pszenica, jaja, ser biały,masło)***  **Kompot wieloowocowy** | **Jogurt pitny**  **i chrupki kukurydziane** |
| **12.09** **Poniedziałek** | **Bułka graham z masłem, pomidorem malinowym i szczypiorkiem (*pszenica,masło)***  **Kawa inka na mleku**  **II śnŚliwka i marchew** | **Zupa jarzynowa** Skład: kurczak,ziemniaki, włoszczyzna  kalafior, por, groszek zielony ,brukselka,jogurt grecki,przyp zioł **(*seler,śmietana)***  **Naleśniki z serem białym i sosem truskawkowym** Skład: mąka, jaja, olej, ser biały, miód, twaróg **(*ser biały, pszenica)***  **Kompot wieloowocowy** | **Chleb z masłem, polędwicą drobiową, ogórkiem świeżym**  **(*pszenica,masło gorczyca)***  **Herbata z cytryna i miodem** |
| **13.09** **Wtorek** | **Chleb razowy z serek z jogurtów greckich z rzodkiewką,pomidorki koktajlowe*(pszenica,żyto, jogurt)*Herbata z cytryną IIśn.Gruszka i marchew** | **Zupa grochowa z makaronem** Skład: kurczak, makaron, włoszczyzna, groch przecierany ***(*** ***seler, pszenica groch)***  **Kurczak w sosie słodko-kwaśnym z ryżem** Skład: ryż,cebula,filet z kurczaka, ananas,papryka, włoszczyzna,przyprawy ziołowe,passata pomidorowa  **Kompot wieloowocowy** | **Jogurt owocowy** |
| **14.09** **Środa** | **Bułka graham z masłem jajkiem gotowanym i szczypiorek** ***(pszenica,masło)***  **Kakao**  **II śnMandarynka i marchewka** | **Krupnik Skład**: kurczak, włoszczyzna, kasza jęczmienna, ziemniaki**(*śmietana, seler)***  **Kotleciki siekane z warzywami z pieczonymi ziemniakami i sałata zielona w śmietanie**Skład; filet z piersi kurczaka,brokuł,marchew,olej,cebula,przypr. ziołowa,ziemniaki,sałata zielona,śmietana***(jaja,śmietana)***  **Kompot wieloowocowy** | **Mini pizza** |

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

**Szef kuchni: Dyrektor Intendent:**