# J**adłospis dla Miejskiego Przedszkola Nr 1 w Lubaczowie od 14.11.2022 do 25.11.2022r.**

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Data** | **Śniadanie** | **Obiad** | **Podwieczorek** |
| **14.11** **Poniedziałek** | **Bułka graham z masłem i talerz warzywny**  Skład:sałata,rzodkiewka,  papryka,ogórek kiszony  **Kawa inka na mleku**  **IIśn.Banan** | **Żurek z jajkiem i kiełbasą** Skład: kurczak,włoszcz., ziemniaki, majeranek czosnek,kiełbasa, żur.nat.jaja **(*seler,jaja)***  **Makaron z białym serem** Skład:ser biały ,przyprawy zioł,makaron,masło,cebula(***pszenica, masło,ser biały)***  **Kompot wieloowocowy** | **Chleb razowy z masłem, polędwicą drobiową i ogórkiem kiszonym**  **Herbata z cytryną i miodem nat.** |
| **15.11** **Wtorek** | **Bułka graham z masłem i kasza manna na mleku**  ***(pszenica,mleko)***  **IIśn.Jabłko i mieszanka bakaliowa** | **Zupa pomidorowa** Skład:kurczak,włoszczyzna, passata pomidorowa,jogurt grecki,makaron ***(śmietana,seler, pszenica )***  **Pieczeń rzymska z ziemniakami i fasolka szparagowa**  Skład;mięso wp,jaja,cebula,przypr zioł,ziemniaki,masło  **Kompot wieloowocowy** | **Jogurt owocowy** |
| **16.11** **Środa** | **Chleb z pastą serową z kiełbasą i papryka (*pszenica)***  **Kawa inka na mleku**  **IIśn.Mandarynka i marchewka** | **Zupa ziemniaczana** Skład: kurczak ,ziemniaki, czosnek,włoszczyzna ***(seler)***  **Gulasz kolorowy z kaszą gryczaną i ogórkiem kiszonym** Skład: udziec z indyka, kasza gryczana, warzywa,przyprawa ziołowa  **Kompot wieloowocowy** | **Zapiekanki z szynką, serem żółtym i ketchup**  ***(pszenica,ser żółty)***  \*wyrób własny  **Herbata z cytryną** |
| **17.11** **Czwartek** | **Bułka graham z masłem,płatki owsiane na mleku**  ***(mleko,owies,pszenica)***  **IIśn.Żurawina i gruszka** | **Rosół drobiowy**Skład:podudzie z kurczaka,por, makaron,przyprawy zioł,włoszczyzna***(seler,pszenica)***  **Udko pieczone,ziemniaki i buraczki na ciepło S**kład:ziemniaki,buraczki,podudzie z kurczaka, śmietana***(śmietana)***  **Kompot wieloowocowy.** | **Jogurt naturalny z miodem i chrupki kukurydziane**  **\*wyrób własny** |
| **18.11** **Piątek** | **Bułka graham z serkiem z jogurtów greckich i pomidorki koktajlowe**  ***(pszenica,jogurt grecki)***  **Herbata z cytryną**  **IIśn.Jabłko i**  **marchewka** | **Zupa dyniowa** Skład:kurczak,makaron,ziemniaki, włoszczyzna,pomidory,dynia,śmietana***(seler,śmietan***  **Morszczuk w płatkach kukurydzianych z pieczonymi ziemniakami i surówką Colesław** Skład:morszczuk,jaja, olej,ziemniaki,cebula,płatki kukurydziane,kapusta biała,marchewka,jogurt naturalny***(jogurt naturalny)***  **Kompot wieloowocowy** | **Deser “Leśny mech”**  Skład :biszkopt ze szpinakiem,granat,ser biały,miód***(pszenica,jajka)***  ***\*wyrób własny*** |
| **21.11** **Poniedziałek** | **Chleb 4ziarna z pasztetem i papryką**  **Herbata z cytrynyą i miodem narturalnym**  **IIśn.Winogron i marchewka** | **Kapuśniak z pomidorami i soczewicą** Skład: kurczak, włoszczyzna,ziemniaki,kapusta,pomidory,soczewica majeranek***(seler)***  **Kurczak w sosie śmietanowo-ziołowym z kaszą bulgur i marchewka na ciepło** Skład filet z kurczaka cebula,śmietana,przyprawy zioł,kasza bulgur,marchewka  **Kompot wieloowocowy** | **Deser truskawkowo-bananowy**  Skład:jogurt grecki, herbatnik,kakao,banan  truskawki***(jogurt grecki)***  **\*** wyrób własny |
| **22.11** **Wtorek** | **Bułka graham z masłem i płatki ryżowe na mleku** *(mleko)*  **IIśn.Kalarepa,marchew** | **Zupa jarzynowa** Skład: kurczak,ziemniaki,włoszczyzna  kalafior, por, groszek zielony,brukselka, śmietan,przyp zioł***(seler,śmietana,)***  **Makaron z warzywami w sosie pomidorowym** Skład: makaron,cebula,czosnek,passata pomidorowa, cukinia, włoszczyzna,pomidory,brokuł,przyprawy ziołowe***(pszenica)***  **Kompot wieloowocowy** | **Deser jeżyki + chrupki kukurydziane**  ***(jogurt grecki,ser biały)***  **\*wyrób własny** |
| **23.11** **Środa** | **Chleb razowy z masłem serem żółtym, ketchupem i rzodkiewką**  **Kakao**  **IIśn.Jabłko i marchew** | **Zupa ogórkowa** Skład: kurczak, ogórkikiszone śmietanakasza pęczak,włoszczyzna***(śmietana,seler)*** **Kotleciki z wątróbki z pieczonymi ziemniakami i surówką z kiszonej kapusty S**kład:wątróbka drobiowa, sałata lodowa,mąka,olej,pomidor,ziemniaki mąka,jajka  **Kompot wieloowocowy** | **Mini Pizza**  **Herbata malinowa** |
| **24.11** **Czwartek** | **Bułka z serkiem Bieluch,rzodkiewka**  **i szczypiorek**  **Herbata z cytryną**  **IIśn.Żurawina,gruszka i marchewka** | **Zupa z ciecierzycy z makaronem** Skład:kurczak, por, włoszczyzna,makaron,ciecierzyca,passata pomidorowa ***(seler,ciecierzyca)***  **Ryba po grecku z kaszą jęczmienną**Skład :morszczuk kasza jęczmienna, włoszczyzna ,olej, przyprawy ziołowe,passata pomidorowa  **Kompot wieloowocowy** | **Mleczny deser z kolorową kostką**  Skład :mleko,galaretka  jagodowa,agrestowa, cytrynowa,truskawkowa,  ***(mleko)***  **\*wyrób własny** |
| **25.11** **Piątek** | **Bułka graham z filetem z makreli i papryka*(pszenica)***  **Herbata z cytryną**  **IIśn.Kalarepa i marchewka** | **Barszcz czerwony z fasolą Skład**: buraki, włoszczyzna, ziemniaki, fasola , przyprawy ziołowe **(*seler ,śmietana)***  **Pierogi leniwe z jogurtem naturalnym** Skład: ser biały, mąka, jaja, ziemniaki, masło klarowane,jogurt naturalny przyprawy ziołowe **(*pszenica,ser biały,masło)***  **Kompot wieloowocowy** | **Jogurt owocowy** |

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

**Szef kuchni: Dyrektor Intendent:**