

Jadłospis



Poniedziałek 2 grudnia 2024 roku

Kapuśniak z ziemniakami 300 ml, 118 kcal, A: 9

Chleb 1 kromka

Ryż z jabłkiem 250 g, (śmietana 18 % 15g, masło 82 % 3g), 198 kcal, A: 7

Herbata miętowa 200 ml

Wtorek 3 grudnia 2024 roku

Rosół z makaronem 300 ml, 287 kcal, A: 1,3,9

Ziemniaki puree 120 g, (mleko 2 % 5g, masło 82 % 3g), 92 kcal, A: 7,9

Pieczeń ze schabu 120 g, 161 kcal, A: 1,7

Czerwona kapusta 120 g, 77 kcal

Kompot owocowy 200 ml

Środa 4 grudnia 2024 roku

Zupa krupnik z ziemniakami 300 ml, (masło 82 % 4g), 279 kcal, A: 9

Risotto z kurczakiem 250 g, (masło 82 % 4g), 384 kcal, A: 9

Woda z cytryną 200 ml

Czwartek 5 grudnia 2024 roku

Zupa jarzynowa 300 ml, (śmietana 18 % 6g, masło 82 % 3g), 119 kcal, A: 7,9

Makaron Bolognese 250 g, (masło 82 % 4g), 260 kcal, A: 1,3

Herbata z cytryną 200 ml

Piątek 6 grudnia 2024 roku

Grochówka z ziemniakami 300 ml, 151 kcal, A: 7,9

Bułka 1 sztuka

Soczek z rurką 1 sztuka

Wywar do zup przygotowuje się na mięsie drobiowym lub wieprzowym.

Wywar warzywny: marchew, por, pietruszka korzeń, seler, natka pietruszki

Używane przyprawy: pieprz, pieprz cytrynowy, sól, miód, zioła prowansalskie, ziele angielskie, liść laurowy, papryka czerwona, suszona pietruszka, kurkuma, bazylija, curry.

Potrawy smażymy na oleju rzepakowym.

Informujemy, że nasz jadłospis może zawierać alergeny: seler, zboża zawierające gluten, jaja, ryby, mleko, ziarno sezamowe, soję, rodzynki. Rozporządzenie Ministra 1169/2011 załącznik nr 2.

ALERGENY występujące w produktach:

1. Gluten i produkty pochodne
2. Skorupiaki i produkty pochodne
3. Jaja i produkty pochodne
4. Ryby i produkty pochodne
5. Orzeszki i produkty pochodne
6. Soja i produkty pochodne
7. Mleko i produkty pochodne
8. Orzechy i produkty pochodne
9. Seler i produkty pochodne
10. Gorczyca i produkty pochodne
11. Sezam i produkty pochodne
12. Dwutlenek siarki i produkty pochodne
13. Łubin i produkty pochodne
14. Mięczaki i produkty pochodne

Przez cały dzień dzieci mają swobodny dostęp do wody :)

