JADŁOSPIS 11.04.-15.04.2022 **DIETA PODSTAWOWA PRZEDSZKOLE**

Dzień	Śniadanie	II śniadanie	Zupa	II danie	Podwieczorek
11 kwietnia	Pieczywo mieszane **(1)** 50 g Masło 10g **(7)** Pasta mięsno warzywna **(9)**40g Ogórek 20 g Kawa zbożowa z mlekiem **(1,7)** 200g	Owoc sezonowy 100g/ 1 szt.	Zupa pomidorowa z ryżem **(9)** 250ml	Makaron z brokułem i mięsem drobiowo-wieprzowym z dodatkiem suszonych pomidorów w sosie śmietanowym **(1,3,7)** 260g Woda źródlana 200 ml	Czekoladowy budyń na mleku posypany wiórkami kokosowymi **(7,8)** 150 g
Wtorek 12 kwietnia	Płatki owsiane na mleku **(1,7)** 250ml Pieczywo mieszane **(1)** 30 g Masło **(7)** 10g Pasta z soczewicy czerwonej ze słonecznikiem 20 g Pomidor 20 g Herbata z lipy 200g	Owoc sezonowy 100g/ 1 szt.	Zupa jarzynowa zabielana z zielonym groszkiem i ziemniakami **(7,9)** 250ml	Kasza gryczana 100 g Pulpet drobiowo -warzywny w sosie pomidorowym **(1,3,9)** 70g/50ml Bukiet warzyw z masłem **(7)** 80 g Woda źródlana 200ml	Paluch kukurydziany z serkiem owocowym **(7)** 3 szt. / 30 g
Dzień świąteczny Środa 13 kwietnia	Pieczywo mieszane **(1)** 50 g Masło **(7)** 10g Jajko 1 szt. **(3)** sos koperkowy na bazie jogurtu typu greckiego **(7)** 10g Papryka 20 g Kawa zbożowa inka z mlekiem **(1,7)** 200g	Owoc sezonowy 100g/ 1 szt.	Zupa barszcz biały zabielany z kiełbaską biała 93 % mięsa **(1,6,9,10)** 250ml	Ziemniaki puree 130 g Schab pieczony z sosem pieczeniowym **(1,9)** 70 g/ 50 ml Ćwikła lekko chrzanowa 80 g Woda źródlana 200ml	Deser z galaretki z bananem
Czwartek 14 kwietnia	Zacierka na mleku **(1,3,7)** 250ml Pieczywo mieszane **(1)** 30 g Masło **(7)** 10g Pasztet mięsno-warzywny – wyrób własny **(3,9)** 20g Ogórek kiszony **(10)** 20g Herbata z dzikiej róży 200g	Owoc sezonowy 100g/ 1 szt.	Zupa krem z kalafiora z ziemniakami posypana nasionami słonecznika i dyni 200 ml **(9)**	Meksykańskie risotto mięsno warzywne z mięsa wieprzowego z fasolką czerwoną kukurydzą papryką i pomidorami 250 g Woda źródlana 200ml	Deser z kaszy manny na mleku – na gęsto z sokiem malinowym **(1,7)** 150 g
Piątek 15 kwietnia	Pieczywo mieszane **(1)** 50 g Masło **(7)** 10g Pasta rybno- jajeczna z cebulką **(3,4)** 40g Sałata 15g Herbata owocowa 200ml	Owoc sezonowy 100g/ 1 szt.	Zupa kapuśniak z kapusty mieszanej z ziemniakami **(9,10)** 250ml	Pierogi ruskie **(1,3,7)** 200 g Jogurt naturalny **(7)** 50 ml Surówka z marchewki tartej z jabłkiem 80 g Woda źródlana 200 ml	Koktajl owocowy na mleku **(7)** 160 ml

W jadłospisie oznaczono alergeny zgodnie z Rozporządzeniem (UE) nr 1169/2011 :wykaz alergenów w załączniku do jadłospisu.

Jadłospis opracowany zgodnie z zaleceniami Instytutu Żywności i Żywienia. 75 % normy całodniowej dla dziecka w wieku 1-3 lat.

Sporządził: dietetyk kliniczny Dominika Mikłas

SUBSTANCJE LUB PRODUKTY POWODUJĄCE ALERGIE LUB REAKCJE NIETOLERANCJI

1. Zboża zawierające gluten, tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe.

2. Skorupiaki i produkty pochodne;

3. Jaja i produkty pochodne;

4. Ryby i produkty pochodne, z wyjątkiem: a) żelatyny rybnej stosowanej jako nośnik preparatów zawierających witaminy lub karotenoidy;

5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne;

6. Soja i produkty pochodne,

7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)

8. Orzechy, tj. migdały (Amygdalus communis L.), orzechy laskowe (Corylus avellana), orzechy włoskie (Juglans regia), orzechy nerkowca (Anacardium occidentale), orzeszki pekan (Carya illinoinensis (Wangenh.) K. Koch), orzechy brazylijskie (Bertholletia excelsa), pistacje/orzechy pistacjowe (Pistacia vera), orzechy makadamia lub orzechy Queensland(Macadamia ternifolia).

9. Seler i produkty pochodne;

10. Gorczyca i produkty pochodne;

11. Nasiona sezamu i produkty pochodne;

12. Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/litr w przeliczeniu na całkowitą zawartość SO2 dla produktów w postaci gotowej bezpośrednio do spożycia lub w postaci przygotowanej do spożycia zgodnie z instrukcjami wytwórców;

13. Łubin i produkty pochodne;

14. Mięczaki i produkty pochodne.

22.11.2011 Dziennik Urz PL ędowy Unii Europejskiej L 304/43