 Jadłospis

**Przedszkola Publicznego Nr 33 w Tarnowie od 12.11.2024 r. do 22.11.2024 r**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Data** | **Śniadanie** | **Obiad** | **Podwieczorek** |
| **11.11.24**  **Poniedz.** |  | **ŚWIĘTO NIEPODLEGŁOŚCI** |  |
| **12.11.24**  **Wtorek** | Bułka (**mąka pszenna,** **żytnia) z masłem,** konserwa rybna, ogórek konserwowy, kawa inka na **mleku,** banan. | Zupa brokułowa z makaronem/300ml/ ( marchewka pietruszka, brokuły, **makaron zacierka**, mięso, **śmietana** , przyprawy ziołowe) kasza Bulgur/100g/pulpet drobiowy w sosie chrzanowym /60g/ (filet drobiowy ,**jajka,** przyprawy ziołowe, **olej ,mąka pszenna,** chrzan **)** fasolka szparagowa **/100g/**kompot mieszany /200g/ | Kisiel owocowy (**mąka krupczatka,** mieszanka owocowa) chałka z **masłem.** |
| **13.11.24**  **Środa** | Płatki górskie na mleku (**mleko,** płatki górskie**)** weka **(mąka pszenna) z masłem** i rzodkiewką,gruszka. | Zupa kapuśniak z kiełbasą/300ml/ ( marchew, pietruszka , mięso ,kapusta biała, kiełbasa, przecier pomidorowy, ziemniaki przyprawy ziołowe, natka pietruszki ) naleśniki z dżemem i polewą jogurtową/180g/ ( **mleko, mąka pszenna, jajka, olej,** **jogurt naturalny**, cukier waniliowy, dżem ) kompot mieszany / 200ml/ | Chleb wiejski(**mąka pszenna, żytnia)**  z **masłem,** szynką, pomidor, szczypiorek, herbata z cytryną. |
| **14.11.24**  **Czwartek** | Żurek **z jajkiem**, kiełbasą białą, kiełbasą szynkową, zabielany **śmietaną 18%** ,chleb pszenno-żytni (**mąka pszenna, żytnia)** mandarynka. | Zupa pieczarkowa z ryżem/300ml/ (marchew, pietruszka, mięso, pieczarki, ryż biały**, śmietana, mąka** **,** przyprawy ziołowe natka pietruszki) ziemniaki /100g/ indyk w sosie własnym/60g/(**filet z indyka**, przyprawy, olej, cebula, **mąka**) surówka z sałaty lodowej /100g/ ( sałata lodowa, papryka, kukurydza, ogórek konserwowy, marchewka, przyprawy ) kompot mieszany / 200ml/ | Bulka maślana z masłem czekoladowym ( **masło,** czekolada gorzka 70%) **mleko.** |
| **15.11.24**  **Piątek** | Bułka (**mąka pszenna,** **żytnia) z masłem, ser żółty**,ogórek, szczypiorek,kawa inka na **mleku**, jabłko. | Zupa koperkowa z makaronem/300ml/ ( marchew, pietruszka, mięso, koperek, **makaron zacierka, śmietana,** przyprawy ziołowa) ziemniaki /100g/ kotlet rybny / 60g/ ( filet rybny, przyprawy, **bułka tarta, jajka, olej** ) buraczki czerwone/100g/ kompot owocowy/200g/ | Ciasto cytrynowe ( wrób własny ) ( **mąka pszenna, jajka, olej**, cytryny, cukier ) herbata owocowa. |
| 18.11.24  **Poniedziałek** | Zapiekanka – chleb tostowy ( **mąka** **pszenna, żytnia** ) kiełbasa szynkowa ,**ser żółty** ketchup, szczypiorek, herbata z cytryną, mandarynka. | Krem z soczewicy z groszkiem ptysiowym/300ml/ (marchew, pietruszka, mięso, soczewica, **groszek ptysiowy,** natka pietruszki , przyprawy ziołowe) makaron z serem białym, sorbetem truskawkowym /180g/ ( **makaron świderki, ser biały,** truskawki ) kompot mieszany /200ml/ | Chleb wiejski **(mąka** **pszenna, żytnia)z masłem, jajko,** ogórek, pomidor, szczypiorek, kawa inka na **mleku.** |
| **19.11.24**  **Wtorek** | Stół Królewski – chleb ( **mąka** **pszenna, żytnia ) z masłem,** wędlina, **pasta z sera białego, ser** **żółty,** ogórek, rzodkiewka, papryka, herbata z cytryną, banan. | Zupa grysikowa/300ml/ (marchew, pietruszka ,mięso, **kasza** **manna**, przyprawy ziołowe , natka pietruszki) gulasz wieprzowy /60g/ ( mięso wieprzowe, **olej, mąka**, przyprawy, cebula ) **kasza** **wiejska** /100g/ surówka z kapusty kiszonej /100g/ ( kapusta kiszona, marchewka, przyprawy )kompot mieszany /200ml | Budyń waniliowy ( **mleko**, budyń, cukier ) podpłomyk. |
| **20.11.24 Środa** | Zupa mleczna z kaszą jaglaną ( **mleko, kasza jaglana** ) weka ( **mąka pszenna ) z masłem** i powidłem, gruszka. | Zupa krupnik /300ml/ ( marchewka, pietruszka, mięso, **kasza wiejska,** ziemniaki, przyprawy, natka pietruszki )rizotto mięsne w sosie pomidorowym /180g/ ( mięso wieprzowe, **ryż biały,** **ole**j, przyprawy, przecier pomidorowy, **mąka** ) | Chleb wiejski ( **mąka pszenna, żytnia** ) z masłem, parówki Babuni, ketchup łagodny, herbata z cytrną. |
| **21.11.24**  **Czwartek** | Żurek **z jajkiem**, kiełbasą białą, kiełbasą szynkową, zabielany **śmietaną 18%** ,chleb pszenno-żytni **(mąka pszenna, żytnia**) jabłko. | Zupa pomidorowa z makaronem/300ml/(marchewka, pietruszka, mięso, przecier pomidorowy, **makaron nitki,** **śmietana,** przyprawy ziołowe, natka pietruszka ) ziemniaki /100g/ sznycel drobiowy /60g/ ( filet drobiowy, cebula, **jajka**, **olej, bułka tarta,** przyprawy ) marchewka duszona /100g/kompot mieszany/200ml/ | Galaretka owocowa z polewą jogurtową ( **jogurt naturalny,** cukier waniliowy ) podpłomyk. |
| **22.11.24**  **Piątek** | Bułka ( **mąka pszenna, żytnia** ) z **masłem, jajecznica**, szczypiorek, herbata z cytryną**,** melon. | Zupa ziemniaczana /300ml/ ( marchewka, pietruszka, mięso, ziemniaki, groszek, przyprawy, **śmietana, mąka** ) ziemniaki /100g/ makaron z tuńczykiem /180g/ ( makaron rurki, tuńczk, pomidorki, kukurydza, cebula, **olej,** przyprawy ) kompot mieszany /200ml/ | Grysik na gęsto z czekoladą **(mleko, Kasza manna, czekolada gorzka 70% )** chrupki kukurydziane kręciołki. |

* **Składniki pogrubione oznaczają produkty alergenne**.
* Informacja –wykaz poszczególnych potraw dostępny jest do wglądu w pokoju intendenta .
* Dyrekcja zastrzega zmiany w jadłospisie
* Woda mineralna do picia dla dzieci jest dostępna na każdej grupie
* Potrawy mleczne przygotowywane są z mleka 2%
* Kompot wieloowocowy gotowany jest z mieszanki kompotowej (malina, truskawka, porzeczka, śliwka, jabłko, wiśnia)

KUCHARZ INTENDENT DYREKTOR