 Jadłospis

**Przedszkola Publicznego Nr 33 w Tarnowie od 26.05.2025 r. do 06.06.2025 r**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Data** | **Śniadanie** | **Obiad** | **Podwieczorek**  |
| **26.05.25****Poniedz.** | Bułka  **(mąka pszenna, żytnia) z masłem,** ryba w pomidorach,ogórek , kawa inka na **mleku ,** gruszka. | Krem z soczewicy z groszkiem ptysiowym/300 ml /(marchew, pietruszka, mięso, soczewica, **groszek ptysiowy**, natka pietruszki, przyprawy ziołowe) makaron z serem białym, sorbet truskawkowy ( **makaron kokardki, ser biały,** truskawki ) kompot owocowy /200ml | Chleb wiejski (**mąka pszenna, żytnia) z** **masłem**, szynka z Bobrownik pomidory, herbata z cytryną. |
| **27.05.25****Wtorek** | Bułka ( **mąka pszenna, żytnia** ) z **masłem, ser żółty**, ogórek, szczypiorek, kawa inka na **mleku,** jabłko. | Zupa szpinakowa z ryżem/300ml/ ( marchewka ,pietruszka , mięso, szpinak, **ryż biały** ,**śmietana,** przyprawy ziołowe, natka pietruszki) kasza bulgur/100g/ gulasz wieprzowy/60g/ (mięso wieprzowe , cebula, **olej,** przyprawy ziołowe, **olej ,mąka pszenna,)** surówka z kapusty kiszonej/100g/ ( kapusta kiszona, marchewka, przyprawy ) kompot mieszany /200g/ | Kisiel owocowy ( **mąka pszenna,** mieszanka owocowa ) weka ( **mąka** **pszenna ) z masłem.** |
| **28.05.25****Środa** | Płatki górskie na mleku ( **mleko,** płatki górskie ) weka ( **mąka** **pszenna ) z masłem** i powidłem, banan. | Barszcz czerwony z uszkami/300ml/ ( marchew, pietruszka , mięso, buraki, uszka z mięsem, przyprawy ziołowe, natka pietruszki) ziemniaki po Nelsońsku/180g/ ( ziemniaki, kiełbasa biała, **jajka, olej, śmietana,** cebula, przyprawy ) kompot mieszany / 200ml/ | Chleb wiejski ( **mąka pszenna, żytnia ) z masłem,** szynka, sałata zielona,herbata miętowa. |
| **29.05.25****Czwartek** | Żurek **z jajkiem**, kiełbasą białą, kiełbasą szynkową, zabielany **śmietaną 18%** ,chleb pszenno-żytni (**mąka pszenna, żytnia)** arbuz. | Rosół z makaronem/300ml/ (marchew, pietruszka, mięso, **makaron nitki,** przyprawy ziołowe , natka pietruszki ) ziemniaki/100g/ sznycel z kurczaka /60g/ ( filet drobiowy, **olej**, cebula, przyprawy , **bułka tarta** ) surówka z marchwi i jabłka /100g/ kompot mieszany / 200ml/ | Placek drożdżowy z serem białym i brzoskwiniami ( **mąka pszenna,** **jajka, margaryna ,** przyprawy, drożdże, **ser** **biały**, brzoskwinie ) ( wyrób własny ) kakao( **mleko**, kakao) . |
| **30.05.25****Piątek** | Bułka (**mąka pszenna,** **żytnia) z masłem, jajecznica,** szczypiorek,kawa inka na **mleku,** jabłko. | Zupa kalafiorowa z makaronem/300ml/ ( marchew, pietruszka, mięso, kalafior, **makaron zacierka,** **śmietana,**  przyprawy ) makaron z tuńczykiem /180g/ ( **makaron rurki**, tuńczyk, kukurydza, pomidory, przyprawy ) kompot owocowy/200g/  | Galaretka owocowa z polewą jogurtową ( **jogurt naturalny,** cukier waniliowy ) podpłomyk. |
| **2.06.25****Poniedziałek** | Bułka ( **mąka pszenna, żytnia** ) z **masłem**, szynka, pomidor, szczypiorek, herbata z cytryną**,** jabłko. | Zupa pieczarkowa z ryżem/300ml/ (marchew, pietruszka, mięso, pieczarki, **ryż biały,** natka pietruszki , przyprawy ziołowe) spagethi mięsne/180g/ (**makaron spagrthi**, mięso wieprzowe, przyprawy, cebula**, olej,mąka pszenna,** przecier pomidorowy, passata pomidorowa) kompot mieszany /200ml/ | Chleb wiejski **(mąka** **pszenna, żytnia)z** sałatką rybną, szczypiorek, kawa inka **na mleku.** |
| **3.06.25****Wtorek** | Bułka ( **mąka pszenna, żytnia** ) z **masłem**, szynka, ogórek, szczypiorek, herbata z cytryną, banan. | Zupa ziemniaczana/300ml/ (marchew, pietruszka ,mięso, ziemniaki, groszek, **makaron zacierka** ,**śmietana**, przyprawy ziołowe ) ziemniaki/100g/ filet z indyka w sosie własnym/60g/ ( filet z indyka**, olej,** cebula, **mąka,** przyprawy) fasolka szparagowa/100g/kompot mieszany /200ml | Grysik na gęsto z czekoladą ( **mleko,** **kasza manna, czekolada gorzka 70% )** chrupki kukurydziane. |
| **4.06.25****Środa** | Zupa mleczna z makaronem ( **mleko, makaron literki) weka ( mąka pszenna) z masłem i** dżemem,arbuz. | Zupa z zielonego groszku z makaronem/300ml/ ( marchewka, pietruszka, groszek zielony, **makaron zacierka,** przyprawy ziołowe, natka pietruszki ) rizotto z mięsem i sosem pomidorowym/180g/( **ryż biały**, mięso wieprzowe, przecier pomidorowy, cebula, **olej, mąka pszenna,** przyprawy) kompot owocowy /200ml/ | Chleb wiejski ( **mąka pszenno-żytnia**) z **masłem**, parówka Babuni, ketchup, herbata z cytryną. |
| **5.06.25****Czwartek** | Żurek **z jajkiem**, kiełbasą białą, kiełbasą szynkową, zabielany **śmietaną 18%** ,chleb pszenno-żytni **(mąka pszenna, żytnia**) gruszka. | Krem z dyni z groszkiem ptysiowym/300ml/(marchewka, pietruszka, mięso,dynia**, groszek ptysiowy,** przyprawy ziołowe**,**  natka pietruszki) ziemniaki /100g/ kotlet drobiowy/60g/ ( filet drobiowy, **jajko,** **olej, bułka tarta,** przyprawy ) marchewka z groszkiem/100g/kompot mieszany/200ml/ | Budyń waniliowy ( **mleko**, budyń waniliowy ) chrupki kukurydziane. |
| **6.06.25****Piątek** | Bułka ( **mąka pszenno-żytnia**) z pastą z **sera żółtego,**  pomidor, szczypiorek, kawa inka na **mleku,** jabłko. | Zupa jarzynowa /300ml/ ( marchewka, pietruszka, mięso ziemniaki, **makaron zacierka**, natka pietruszki, przyprawy ziołowe, **śmietana** ) ziemniaki/100g/ sznycel rybny /60g/ ( filet rybny, cebula, **bułka tarta, jajka, olej,** przyprawy ) mizeria /100g/ ( ogórek szklarniowy, **jogurt naturalny** ) kompot owocowy /200ml/ | Ciasto cytrynowe ( wyrób własny ) **( mąka pszenna, olej, cytryny,** cukier **)** herbata owocowa. |

* **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