

Jadłospis

**Przedszkola Publicznego Nr 33 w Tarnowie od 06.05.2024 r. do 17.05.2024 r**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Data** | **Śniadanie** | **Obiad** | **Podwieczorek** |
| **6.05.24**  **Poniedz.** | Bułka(**mąka pszenna, żytnia**) z pastą z **sera żółtego**, ogórkiem, szczypiorek, kawa inka na **mleku**, jabłko, talerz z warzywami. | Zupa z soczewicy z groszkiem ptysiowym/300 ml /(marchew, pietruszka, soczewica, mięso, przyprawy ziołowe **,**natka pietruszki, **groszek ptysiowy**) makaron z serem i sorbetem truskawkowym /180g/(**makaron świderki,** **ser biały,** truskawki , cukier) kompot owocowy /200ml/ | Chleb wiejski (**mąka pszenna, żytnia) z** **masłem** ,kiełbasa szynkowa, pomidor, ogórek, szczypiorek, herbata z cytryną , banan. |
| **7.05.24**  **Wtorek** | Chleb wiejski (**mąka pszenna,** **żytnia) z masłem,** pomidor, ogórek, **jajko**, szczypiorek, kawa inka na **mleku**, talerz z warzywami, mus owocowy. | Rosół z makaronem/300ml/(marchewka, pietruszka, mięso drobiowe , przyprawy ziołowe, natka pietruszki )schab wieprzowym w sosie własnym/60g/(schab wieprzowy, cebula, **olej**, przyprawy, **mąka pszenna)** ziemniaki **/**100g/surówka z kapusty kiszonej/100g/ kompot mieszany /200g/ | Jabłko w kremie (**mąka krupczatka, mleko,** cukier, wnilia) podpłomyk mandarynka. |
| **8.05.24**  **Środa** | Płatki górskie na mleku ( **mleko,** płatki górski, cukier ) weka ( **mąka** **pszenna) z masłem i** dżemem, gruszka. | Zupa ogórkowa z ryżem/300ml/ (marchew, pietruszka mięso ogórki kiszone, **ryż biały, śmietana, mąka pszenna**, przyprawy ziołowe, natka pietruszki) kluski śląskie w sosie pieczarkowym /180g/ ziemniaki, **mąka pszenna, olej,** pieczarki, przyprawy ziołowe, **śmietana**) kompot mieszany / 200ml/ | Kanapka (**mąka pszenna, żytnia) z masłem,** szynką , sałatą zieloną, herbata z cytryną, mus owocowy. |
| **9.05.24**  **Czwartek** | Żurek **z jajkiem**, kiełbasą białą, kiełbasą szynkową, zabielany **śmietaną 18%** ,chleb pszenno-żytni (**mąka pszenna, żytnia)** banan. | Zupa pomidorowa z kluseczkami/300ml/ (marchew, pietruszka ,przecier pomidorowy, mięso, **makaron nitki śmietana, mąka pszenna,**  przyprawy ziołowe , natka pietruszki ) makaron z szpinakiem i kurczakiem /180g/ **makaron penny,** szpinak, filet drobiowy, **olej**, cebula przyprawy ziołowy) kompot mieszany /200ml/ | Bułka drożdżowa z serem białym i brzoskwiniami (**mąka pszenna, jaja,** drożdże, cukier, **masło ser biały,** brzoskwinie) mleko, mandarynka. |
| **10.05.24**  **Piątek** | Bułka(**mąka pszenna, żytnia**) z **masłem, serem białym,** rzodkiewką, szczypiorek, kawa Inka **na mleku**, gruszka, talerz z warzywami. | Zupa jarzynowa z makaronem /300ml/ (marchew, pietruszka, mięso ,groszek, ziemniaki **mąka pszenna, śmietana** przyprawy ziołowa, natka pietruszki) ziemniaki/100g//sznycel rybny /60g/ (**filet rybny, jajko, bułka tarta,** cebula, **ojej,** przyprawy ziołowe) surówka z sałaty lodowej /100g/ ( sałata lodowa, papryka, kukurydza, ogórki konserwowe, przyprawy) kompot owocowy/200g/ | Smoothie owocowy( **napój owsiany,** musli owocowe), weka razowa (**mąka** **żytnia) z masłem,** pomarańcza. |
| 13.05**.24**  **Poniedziałek** | Zapiekanka-chleb tostowy ( **mąka pszenna, żytnia**) z **masłem,** kiełbasa szynkowa, **ser żółty**, szczypiorek ketchup, herbata z cytryną, gruszka, talerz z warzywami. | Zupa z zielonego groszku z ryżem /300ml/(marchew, pietruszka, , mięso, groszek zielony, ryż biały **,**przyprawy ziołowe ,śmietana, natka pietruszki) spagethi z mięsem /180g/ ( **makaron spgethi ,**mięso wieprzowe, cebula, **olej,** przecier pomidorowy, **mąka pszenna)** kompot mieszany/200ml/ | Bułka (**mąka pszenna, żytnia**) **ser biały**, pomidor, szczypiorek, kawa inka na **mleku** banan. |
| **14.05.24**  **Wtorek** | Płatki kukurydziane na mleku (**mleko**, płatki kukurydziane) weka (**mąka pszenna) z masłem** i rzodkiewką, jabłko. | Zupa grysikowa/300ml/(marchew, pietruszka, mięso ,kasza manna, przyprawy ziołowe , natka pietruszki) kotlet drobiowy/60g/ (filet drobiowy, **jajko**, **olej,** przyprawy ziołowe ,bułka tarta, **mąka pszenna)** ziemniaki/100g/mizeria /100g/ kompot mieszany /200ml/ | Galaretka owocowa **z bitą śmietaną,** mandarynka, chrupki kukurydziane. |
| **15.05.24**  **Środa** | Bułka ( mąka pszenna) z rybą w pomidorach, ogórek, szczypiorek, kawa inka na mleku, talerz z warzywami, gruszka. | Zupa kapuśniak z kiełbasą /300ml/, **(**marchew, pietruszka, mięso ,kiełbasa biała, kapusta biała, ziemniaki ,przecier pomidorowy, przyprawy ziołowe ,natka pietruszki ) ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem /180g/ (**ryż biały**, jabłka, cukier, cynamon) kompot owocowy/200ml | Hod-dog (**mąka pszenna, jajka,** drożdże, **masło,** parówki) (wyrób własny) herbata, banan. |
| **16.05.24**  **Czwartek** | Żurek **z jajkiem**, kiełbasą białą, kiełbasą szynkową, zabielany **śmietaną 18%** ,chleb pszenno-żytni **(mąka pszenna, żytnia**) jabłko. | Zupa kalafiorowa z zacierką/300ml/ (marchew, pietruszka , mięso, kalafior, **makaron zacierka, śmietana,** natka pietruszki , przyprawy ziołowe**) kasza jaglana /100g/** gulasz wieprzowy/60g/(mięso wieprzowe, cebula, **mąka pszenna,** **olej**, przyprawy ziołowe) marchewka z chrzanem/100g/ kompot mieszany /200ml/ | Kisiel owocowy (**mąka pszenna,** mieszanka owocowa) andrut, mandarynka. |
| **17.05.24**  **Piątek** | Bułka **(mąka** **pszenna, żytnia)**  **z masłem, jajecznica,** szczypiorek, kawa inka na **mleku**, talerz warzyw, truskawki. | Zupa brokułowa z makaronem/300ml/(marchewka, pietruszka, mięso, brokuły, makaron literki, przyprawy ziołowe**, śmietana, mąka pszenna**, natka pietruszki) filet rybny w jarzynach /180g/ (**filet rybny**, jarzyna włoszczyzna , przyprawy ziołowe , cebula, olej) ziemniaki /100g/ kompot owocowy /200ml/ | Budyń malinowy (**mleko**, budyń, cukier) podpłomyk , mus owocowy. |

* **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