

Jadłospis Żłobek „Puchatek” dieta bez nabiału

	Śniadanie	II Śniadanie	II Danie	Zupa	Podwieczorek
Poniedziałek 22.11.2021	Kaszka kukurydziana na napoju roślinnym <i>Kaszka kukurydziana, <u>napój roślinny</u></i> Pieczywo pszenno-żytnie z hummusem, pomidorem i szczypiorkiem. <i>pieczywo <u>pszenno-żytnie*</u>, hummus, warzywa</i>	Owoc	Naleśniki z dżemem i jogurtem roślinnym. Kompot <i>Mąka <u>pszenna</u>, dżem owocowy, jogurt <u>roślinny</u>, owoce na kompot</i>	Zupa krupnik z kaszą i ziemniakami <i>Seler, marchew, pietruszka, por, kasza bulgur (<u>pszenica</u>), ziemniaki, udziec z indyka, przyprawy</i>	Bułka z pastą mięsną i ogórkiem Herbata <i>Bułka <u>pszenna</u>, łożatka wieprzowa, pomidory suszone, przyprawy</i>
Wtorek 23.11.2021	Płatki owsiane na napoju roślinnym <i>płatki owsiane, <u>napój roślinny</u></i> Pieczywo lniane z pastą z jaj, pomidorem i koperkiem. <i>pieczywo <u>lniane*</u>, <u>jaja</u>, warzywa</i>	Owoc	Ziemniaki z koperkiem. Pulpety w sosie koperkowym. Gotowana marchewka. Woda z cytryną i imbirem. <i>Ziemniaki, koperek, łożatka wieprzowa, <u>jaja</u>, bułka tarta <u>pszenna</u>, mąka <u>pszenna</u>, marchew, olej, przyprawy</i>	Żurek z ziemniakami i białą kiełbasą <i>seler, marchew, pietruszka, ziemniaki, udziec z indyka, biała kiełbasa, zakwas <u>pszenny</u>, natka pietruszki, czosnek, por, przyprawy</i>	Kisiel malinowy, biszkopty <i>maliny, cukier, mąka ziemniaczana, <u>biszkopty*</u></i>
Środa 24.11.2021	Płatki jaglane na napoju roślinnym <i>płatki jaglane, <u>napój roślinny</u></i> Pieczywo pszenno-żytnie z wędliną i rzodkiewką <i>pieczywo <u>pszenno-żytnie*</u>, wędlina, warzywa</i>	Owoc	Kasza gryczana Pieczeń rzymska w sosie własnym. Sałatka z buraczków. Kompot <i>Kasza gryczana, łożatka wieprzowa, <u>jaja</u>, mąka <u>pszenna</u>, czosnek, buraki, jabłko, cebula, owoce na kompot</i>	Zupa kalafiorowa z ziemniakami <i>Kalafior, ziemniaki, seler, pietruszka, marchew, udziec z indyka, pietruszka natka, por, przyprawy</i>	Legumina z kaszy kukurydzianej, banan <i>kasza kukurydziana, <u>napój roślinny</u>, cukier, banan</i>
Czwartek 25.11.2021	Pieczywo pszenno-żytnie, parówka na ciepło, pomidor <i>pieczywo <u>razowe*</u>, <u>parówka</u>, warzywa</i>	Owoc	Makaron z mięsem mielonym i warzywami w sosie pomidorowym. Kompot <i>Makaron <u>pszenny</u>, koncentrat pomidorowy, pulpa pomidorowa, filet z kurczaka, cebula, cukinia, czosnek, marchew, przyprawy, owoce na kompot</i>	Zupa krem z białych warzyw z grzankami <i>Seler, marchew, pietruszka, por, ziemniaki, udziec z indyka, pieczywo <u>pszenne</u></i>	Bułka z hummusem i szczypiorem. Herbata <i>Bułka <u>pszenna</u>, hummus, warzywa</i>
Piątek 26.11.2021	Kakao <i>Kakao gorzkie, woda, cukier</i> Pieczywo lniane z pieczonym schabem (wyrób własny), sałatą, ogórkiem <i>pieczywo <u>lniane*</u>, schab, warzywa</i>	Owoc	Ziemniaki z koperkiem. Kotlety z pstrąga w sosie. Surówka z kapusty białej. Lemoniada <i>ziemniaki, koperek, <u>pstrąg</u>, <u>jaja</u>, mąka <u>pszenna</u>, olej, kapusta biała, przyprawy</i>	Zupa ogórkowa z ziemniakami <i>seler, marchew, pietruszka korzeń, pietruszka natka, ogórki kiszzone, przyprawy, por, mięso indycze</i>	Koktajl truskawkowy, ciastka zbożowe <i><u>Napój roślinny</u>, truskawki, ciastka zbożowe*</i>

Intendent zastrzega sobie prawo do niewielkich zmian w jadłospisie.

*Skład produktów dostępny u p. Intendent-dietetyk