

**Jadłospis - Samorządowa Placówka Wychowania Przedszkolnego w Łękach
 Zespół Szkolno-Przedszkolny w Łękach**

Okres	12.10.2020 - 23.10.2020
Dieta	Podstawowa

Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
12.10.2020 Poniedziałek	zupa mleczna z makaronem gwiazdki /mleko, gluten, jajko/ pieczywo mieszane /gluten/, masło /mleko/, schab chłopski, pomidor, papryka żółta, herbatka	zupa "flaczki" z kurczaka /mleko/ racuchy drożdżowe z mango /gluten, mleko, jajka/, kompot, banan	zapiekanki z szynką i serem żółtym /gluten, mleko/, keczup, herbatka z cytryną
13.10.2020 Wtorek	chleb na maślanec /gluten, mleko/, jajecznicza ze szczypiorkiem /jajko, mleko/, kawa zbożowa z mlekiem /gluten, mleko/	zupa z cukinii z grzankami /gluten, mleko, seler/ kasza /gluten, mleko/, gulasz wołowy /gluten/, surówka z kapusty pekińskiej, surówka z kapusty pekińskiej, /mleko/, kompot, gruszka	deser panacotta z musem truskawkowym /mleko/
14.10.2020 Środa	płatki kukurydziane z mlekiem /mleko/ pieczywo mieszane /gluten/, masło /mleko/, twarożek /mleko/, sałatka z pomidorów, herbatka	zupa pomidorowa z ryżem /seler, mleko/ ziemniaki /mleko/, filet z dorsza duszony z warzywami /ryba, seler/, kompot, jabłko	wek /gluten/ z masłem /mleko/, schab gotowany, pomidor, ogórek zielony, rzodkiewka, herbatka z imbirem
15.10.2020 Czwartek	bułeczka grahamka i kajzerka /gluten/, masło /mleko/, szynka wiejska, ser żółty /mleko/, sałata lodowa, ogórek, papryka żółta i czerwona, kakao /mleko/	zupa pieczarkowa z tartym ciastem /gluten, mleko, seler/ ziemniaki /mleko/, kotleciki panierowane z fileta indyka /mleko, gluten, jajko/, mizeria z jogurtem naturalnym, kompot, śliwki	babka z kaszy manny /gluten, mleko/ z ananasem
16.10.2020 Piątek	pieczywo mieszane /gluten/, masło /mleko/, pasta z wędzonej makreli z papryką i kukurydzą /ryba, mleko, jajko/, kawa zbożowa z mlekiem /gluten, mleko/	zupa kalafiorowa z makaronem /gluten, mleko, seler/ ziemniaki /mleko/, jajko sadzone /jajko, mleko/, marchew duszona /mleko/, kompot, winogrona	ciasto marchewkowe /gluten, jajka/ (wypiek własny), actimiel /mleko/
19.10.2020 Poniedziałek	pieczywo mieszane /gluten/, masło /mleko/, pasta z szynki i jajek /mleko, jajko/, szczypiorek, pomidor, kakao /mleko/	zupa barszcz biały z ziemniakami na wywarze mięsny /mleko, seler/ łazanki z wędliną i kapustą /gluten, jajko/, kompot, banan	bułka słowiańska /gluten/, masło /mleko/, kielbasa szynkowa, ogórek zielony, sałata, rzodkiewka, herbatka z cytryną i z miodem.
20.10.2020 Wtorek	wek /gluten/, masło /mleko/, pasztet ze skwarką, ogórek kiszony, papryka czerwona, kawa zbożowa z mlekiem /gluten, mleko/	zupa z fasolki szparagowej z kaszą bulgur /gluten, seler/ ziemniaki /mleko/, kotleciki mielone /gluten, jajko/, buraczki czerwone, kompot, ananas	szarlotka /gluten, jajka, mleko/, (wypiek własny), herbatka miętowa
21.10.2020 Środa	płatki kukurydziane na mleku /mleko/ bułka kajzerka i grahamka /gluten/, masło /mleko/, serek waniliowy /mleko/, miód, herbatka	zupa kapuśniak z ziemniakami /seler/ makaron /gluten, jajka/, klopsiki w sosie pomidorowym /gluten, jajka/, sałata z kalafiorem, kompot, melon	samodzielne robienie kanapek: pieczywo mieszane /gluten/, masło /mleko/, szwedzki stół, herbatka z cytryną
22.10.2020 Czwartek	pieczywo mieszane /gluten/, masło /mleko/, kielbasa szynkowa, jajko na twardo /jajko/, rzodkiewka, pomidor, kawa zbożowa z mlekiem /mleko, gluten/	zupa krupnik /gluten, seler/ ziemniaki /mleko/, pieczeń wołowa w sosie własnym /gluten/, chrupiąca rzymska sałata z pomidorkami koktajlowymi, kompot, gruszka	koktajl malinowo- truskawkowy /mleko/, biszkopciak /gluten/
23.10.2020 Piątek	zupa mleczna z kaszą manną /gluten, mleko/ pieczywo mieszane /gluten/, masło /mleko/, humus z ciecierzycy /mleko, jajka/, ogórek, herbatka	zupa szpinakowa z grzankami /gluten, mleko/ ziemniaki /mleko/, filet z miruny w cieście naleśnikowym /ryba, jajka, mleko, gluten/, sałata z kiszonej kapusty, kompot, śliwki	chałka z masłem /gluten, mleko/, powidła śliwkowe, herbatka z imbirem

ZASTRZEGA SIĘ ZMIANY W JADŁOSPISIE

Sporządził

Szef kuchni

Dyrektor