

Planowany jadłospis od 17.03.2025 r. do 21.03.2025
ŻŁOBEK MIEJSKI MUFLONEK W PIESZYCACH

/ jadłospis może ulec zmianie w poszczególnych dniach/

Dni tygodnia	I śniadanie	II śniadanie	Obiad
poniedziałek 17.03.2025	Budyń czekoladowy na mleku do picia (7), chleb Chia z nasionami/chleb pszenno-żytni z masłem (1a,1c,7), polędwica wiśniowa wieprzowa, pomidor, herbata ziołowa fantazja/woda, jabłko	WARSZTATY KULINARNE Chleb żytni z masłem (1a,1b,7), pasta jajeczna z serem mozzarella i majonezem (3,7, 10), ogórek zielony, sok jabłkowy/woda	Kapuśniak z kapusty pekińskiej z ziemniakami (9) Gulasz z indyka w sosie własnym, makaron pełnoziarnisty (1a, kalafior z wody, kompot wieloowocowy
wtorek 18.03.2025	Płatki jaglane na mleku (7), bułka razowa żytnio-pszenna z masłem (1a, 1b,7), kurczak gotowany, papryka żółta, herbata melisa z miętą/woda, pomarańcza	Chleb „ Jak dawniej” z masłem (1a, 1b), pasztet kremowy, herbata owocowa/woda, marchewka	Barszcz ukraiński z ziemniakami i mięsem wieprzowym zabieleny śmietaną (9,7) Racuchy drożdżowe z gruszką (1a,3,7), kleks jogurtu naturalnego (7), lemoniada cytrynowa
środa 19.03.2025	Kawa zbożowa na mleku (1c,7), chleb Tygrysi wieloziarnisty z masłem ((1a,1b,1c,7), szynka Sudecka, sałata masłowa, herbata czarna z cytryną/woda, gruszka	Herbatniki maślane zwykłe (7,1a), koktajl mleczno-owocowy do picia (7)/woda, ogórek kiszony	Krem z pieczonych marchewek z grzankami pełnoziarnistymi zagęszczany serkiem topionym (1a,1b,7) Puree ziemniaczane (7), schabowy wieprzowy opiekany w piecu (1a,3), surówka obiadowa colesław z białej kapusty z majonezem i chrzanem (7, 10,3), kompot truskawkowy
czwartek 20.03.2025	Płatki kukurydziane na mleku (7), chleb żytni ze słonecznikiem posmarowany masłem (1a,1b,7), pasta z tuńczyka z serkiem śmietankowym i szczypiorkiem (4,3,7), herbata cytrynowa/woda, mandarynka	Chałka pszenna zdobiona kruszonką z masłem (1a,3,7), galaretką owocową do picia/woda, rzodkiewka do chrupania	Zupa pomidorowa z ryżem zabieleną śmietaną (9,7) Ziemniaki z koperkiem, kotlet pożarski (1a,3), mizeria z ogórka na jogurcie naturalnym (7), kompot malinowy
piątek 21.03.2025	Kakao na mleku (7), bułka orkiszowa pszenno-żytnia z masłem (1a,1b,7), plaster żółtego sera (7), słupki papryki zielonej i czerwonej, rumianek/woda, banan	Ciasto babkowe w wykonaniu własnym (1a,3), herbata miętowa/woda, słupki kalarepki	Zupa fasolowa z makaronem muszelki na wędzonce (1a,3,9) Ziemniaki z koperkiem, mielony rybny opiekany w piecu (1a,3,4), buraczki na ciepło, kompot z owoców leśnych

Jadłospis opracowano zgodnie z :

Rozporządzeniem Ministra Zdrowia z dnia 26 lipca 2016 /Dz. U. 2016 poz. 1154 /, w sprawie grup środków spożywczych przeznaczonych do sprzedaży dzieciom w jednostkach systemu oświaty oraz wymagań w ramach żywienia zbiorowego dzieci.

Zaleceniami PSSE w Dzierżoniowie

Zaleceniami Instytutu Żywności i Żywienia **(75% normy całodniowej dla dziecka w wieku 1-3 lat)**

SKŁADY POSZCZEGÓLNYCH PRODUKTÓW DOSTĘPNE U INTENDENTA PRZEDSZKOLA

Opracowała : Monika Wiśniewska- intendent do spraw żywieniowych