

Intendent

pro

Jadłospis Przedszkole NR 1 w Nisku:

 02.06.2025

Poniedziałek

Śniadanie

- Chleb mieszany pytlowy (pszenica)
- Chleb pszenny graham
- Masło ekstra (z mleka)
- Szynka konserwowa
- Rzodkiewka
- Herbata z cytryna

Składniki: woda, cukier, herbata czarna, cytryna

Obiad

Barszcz biały z chlebem jajkiem na

wywarze warzywnym

Składniki: woda, ziemniaki, **jaja** kurze całe, kurczak, tuszka, chleb mieszany pytlowy (**pszenica**), marchew, zakwas na żurek (**żyto**), śmietana 18% (z **mleka**), pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy

Ryż na mleku z truskawkami i

śmietaną

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, truskawki, ryż biały, śmietana 12% (z **mleka**), cukier

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Kanapka z dżemem truskawkowym

Składniki: chleb **pszenno-żytni**, dżem truskawkowy, niskosłodzony, masło ekstra (z **mleka**)

Kawa inka na mleku

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kawa zbożowa (**żyto**, **jęczmień**), cukier

 03.06.2025

Wtorek

Śniadanie

- Chleb mieszany pytlowy (pszenica)
- Chleb pszenny graham
- Masło ekstra (z mleka)
- Jajecznica na maśle ze
- szczypiorkiem
- Składniki: **jaja** kurze całe, szczypiorek

Kakao na mleku

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, cukier, kakao 16%, proszek

Jabłko

Obiad

Kapuśniak ze słodkiej kapusty z

ziemniakami

Składniki: woda, ziemniaki, kapusta biała, kurczak, tuszka, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, koncentrat pomidorowy, 30%, natka pietruszki, sól biała, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy

Gulasz wieprzowy

Składniki: wieprzowina łopatka, przecier pomidorowy, marchew, cebula, olej rzepakowy

Kasza bulgur (pszenica)

Fasolka szparagowa z wody, z

masłem i bułką tartą

Składniki: fasolka szparagowa, mrożona, masło ekstra (z **mleka**), bułka tarta (**pszenica**)

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Kasza manna na mleku z polewą

truskawkową

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, truskawki, mrożone, kasza manna (**pszenica**), cukier

 04.06.2025

Środa

Śniadanie

- Chleb mieszany pytlowy (pszenica)
- Chleb pszenny graham
- Masło ekstra (z mleka)
- Pasztet mięsno warzywny
- Składniki: marchew, pietruszka, korzeń, wieprzowina łopatka, **seler** korzeniowy, cebula, **jaja** kurze całe, bułki **pszenne** zwykłe, olej rzepakowy

Pomidor

Herbata z cytryna

Składniki: woda, cukier, herbata czarna, cytryna

Obiad

Zupa krem z kalafiora z grzankami

Składniki: woda, kalafior, chleb **pszenny** graham, ziemniaki, kurczak, tuszka, pietruszka, korzeń, por, **seler** korzeniowy, śmietana 18% (z **mleka**), marchew, zioła prowansalskie, sól biała, pieprz

Kopytka

Składniki: ziemniaki, późne, mąka **pszenna**, typ 450, **jaja** kurze całe, skrobia ziemniaczana

Ser twarogowy półtłusty (z mleka)

Surówka z marchewki i jabłka z

rodzynkami

Składniki: jabłko, marchew, rodzyнки, suszone, olej rzepakowy, cytryna

Masło ekstra (z mleka)

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Płatki kukurydziane na mleku

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, płatki kukurydziane

Marchewka

Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez **podkreślenie**.

 05.06.2025

Czwartek

Śniadanie

- Chleb mieszany pytlowy (pszenica)
- Chleb pszenny graham
- Masło ekstra (z mleka)
- Twarożek z rzodkiewką
- Składniki: ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), rzodkiewka, śmietana 18% (z **mleka**)

Kakao na mleku

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, cukier, kakao 16%, proszek

Obiad

Krupnik z kaszą jęczmienną

Składniki: woda, ziemniaki, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, kasza **jęczmienna**, perłowa, mięso z ud kurczaka, bez skóry, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Filet z kurczaka panierowany

Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, bułka tarta (z **pszenica**), olej rzepakowy, **jaja** kurze całe, sól biała, pieprz

Ziemniaki

Marchewka z groszkiem zasmażana

Składniki: marchew, groszek zielony, masło ekstra (z **mleka**), mąka **pszenna**, typ 450, cukier, sól biała

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Kisiel z owoców leśnych własnego

wyrobu

Składniki: woda, truskawki, mrożone, wiśnie bez pestek, mrożone, czarne jagody, mrożone, cukier, skrobia ziemniaczana

Chrupki bananowe

 06.06.2025

Piątek

Śniadanie

- Chleb mieszany pytlowy (pszenica)
- Chleb pszenny graham
- Masło ekstra (z mleka)
- Salata
- Ser gouda tłusty (z mleka)

Jajko gotowane

Składniki: **jaja** kurze całe

Pomidor

Kawa inka na mleku

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, cukier, kawa zbożowa (**żyto**, **jęczmień**)

Obiad

Zupa z soczewicy na wywarze

warzywnym z makaronem

Składniki: woda, koncentrat pomidorowy, 30%, marchew, soczewica czerwona, nasiona suche, cebula, śmietana 18% (z **mleka**), makaron **pszenny** bezjajeczny, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, czosnek, olej rzepakowy, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, papryka słodka, tymianek, oregano suszone

Ryba duszona w warzywach

Składniki: **miruna** mrożona, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, olej rzepakowy, pieprz, sól biała

Ziemniaki

Surówka z kapusty pekińskiej z

ogórkiem zielonym i koperkiem

Składniki: kapusta pekińska, ogórek, śmietana 18% (z **mleka**), cytryna, koperek, cukier, sól biała, pieprz

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Salatka owocowo- warzywna

Składniki: banan, jabłko, marchew, kiwi, cytryna, rodzyńki, suszone

Mini wafle kukurydziane z polewą

malinowa (mleko, orzechy)