**Jadłospis Przedszkole nr 5**

**od dnia 19.05 do 23.05.2025**

****

**Alergeny** oznaczono pogrubionym drukiem zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Data | Śniadanie | Zupa + deser | Obiad – II danie |
| 19.05  PN | Płatki **owsiane** na **mleku** 200ml.  Chleb słonecznikowy **(pszenica)** 50g  z masłem **(mleko)** 8g,  szynka drobiowa 25g,  pomidor 30g, ogórek szklarniowy 30g, roszponka 5g, kiełki brokułu 5g  Herbata truskawkowa 200ml | Kalafiorowa z ziemniakami 250ml  (marchew , pietruszka, por, **seler** natka pietruszki,  koperek)  Banan 1szt | Racuchy drożdżowe,  polewa jogurtowo-waniliowa 100g  **(pszenica, mleko, jaja)**  Marchewka talarki 50g  Kompot wiśniowy 200ml |
| 20.05  WT | Bułka kajzerka 40g **(pszenica)**  z masłem **(mleko)** 8g,  pasta jajeczna 25g,  papryka 30g, oórek kiszony 20g, roszponka 5g  Kawa zbożowa **(jęczmień, żyto, owies)** z **mlekiem** 200ml | Z soczewicy czerwonej  z ziemniakami 250 ml  (marchew , pietruszka, por, **seler** natka pietruszki,  koperek)  Budyń waniliowy **(mleko)**  /wyrób własny/ 150ml | Udko pieczone z kurczaka 60g  Ziemniaki 150g  Sałata lodowa z ogórkiem szklarniowym , marchewką i koperkiem  oraz serem typu feta **(mleko)** 100g  Kompot wieloowocowy 200ml  /śliwki, wiśnie,truskawki,  czarne porzeczki, agrest, aronia, czerwone porzeczki/ |
| 21.05  ŚR | Chleb z dynią **(pszenica)**  z masłem **(mleko)** 8g,  twarożek **(mleko)** 30g, papryka 30g  rzodkiewka 10g, szczypiorek 5g,  Herbata z żurawiny 200ml | Rosół z makaronem **(pszenica)** 250ml  (marchew , pietruszka, por, **seler,** natka pietruszki,  koperek)  Chałka drożdżowa 40g  **(pszenica, mleko, jaja)**  z dżemem brzoskwiniowym 10g | Jajko sadzone 60g  Ziemniaki 150g  Mizeria z jogurtem **(mleko)**  i koperkiem 80g  Sok tłoczony  Zielona lemoniada\*\*\* 150ml  /jabłko, ogórek, szpinak, cytryna/ |
| 22.05  CZW | Cleb baltonowski **(pszenica, żyto)** 60g  z masłem **(mleko)** 8g,  pasta mięsna drobiowa 25g  pomidor 30g, sałata masłowa 10g  Kakao z **mlekiem** 200ml | Zupa wiosenna z ziemniakami 250ml  (kalafior, brukselka, fasolka szparagowa, marchew , pietruszka, por, **seler,** natka pietruszki,  koperek)  Skyrnik pieczony  z żurawiną suszoną 1szt  **(mleko, jaja)** | Spaghetti z mięsem mielonym wieprzowym w sosie pomidorowym  **(pszenica)** 180g, posypane wiórkami serowymi **(mleko)** 20g  Brokuły gotowane na parze 70g  z pestkami słonecznika 10g,  Kompot porzeczkowy 200ml |
| 23.05  PT | Chleb wieloziarnisty **(pszenica, żyto)** 50gz masłem **(mleko)** 8g,  ser żółty **(mleko)** 30g,  papryka 30g, ogórek kiszony 20g  Herbata owocowa 200ml  /aronia, jabłko, czarna porzeczka,  dzika róża, hibiskus/ | Koperkowa z ryżem 250ml  (marchew , pietruszka, por, **seler,** natka pietruszki,  koperek)  Truskawki 50g | Pulpety rybne **(pszenica, jaja) 60g**  w sosie pomidorowym  zagęszczonym mąką 50ml  Ziemniaki 150g  Surówka z kapusty pekińskiej,  marchwi, jabłka z kukurydzą  I olejem z awokado 80g  Kompot wiśniowy 200ml |
| ***\*\*\* Zielona lemoniada to naturalny świeży sok owocowo-warzywny bezpośrednio tłoczny. Sok jest dostarczany w dniu spożycia przez firmę z Opola <https://dzikisok.pl/>*** | | | |