**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 |
| 19.05PN | 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 5gHerbata 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 |
| 20.05WT | Bułka kajzerka 40g **(pszenica)** z masłem **(mleko)** 8g, pasta jajeczna 25g, papryka 30g, oórek kiszony 20g, roszponka 5gKawa zbożowa **(jęczmień, żyto, owies)** z **mlekiem** 200ml  | Z soczewicy czerwonejz ziemniakami 250 ml(marchew , pietruszka, por, **seler** natka pietruszki,  koperek)Budyń waniliowy **(mleko)**/wyrób własny/ 150ml | Udko pieczone z kurczaka 60gZiemniaki 150gSałata lodowa z ogórkiem szklarniowym , marchewką i koperkiem oraz serem typu feta **(mleko)** 100gKompot wieloowocowy 200ml/śliwki, wiśnie,truskawki, czarne porzeczki, agrest, aronia,czerwone porzeczki/  |
| 21.05ŚR | 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 60gZiemniaki 150gMizeria z jogurtem **(mleko)**i koperkiem 80gSok tłoczony Zielona lemoniada\*\*\* 150ml /jabłko, ogórek, szpinak, cytryna/ |
| 22.05CZW | Cleb baltonowski **(pszenica, żyto)** 60g z masłem **(mleko)** 8g, pasta mięsna drobiowa 25gpomidor 30g, sałata masłowa 10gKakao 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)** 20gBrokuły gotowane na parze 70g z pestkami słonecznika 10g,Kompot porzeczkowy 200ml |
| 23.05PT | Chleb wieloziarnisty **(pszenica, żyto)** 50gz masłem **(mleko)** 8g, ser żółty **(mleko)** 30g, papryka 30g, ogórek kiszony 20gHerbata 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 50mlZiemniaki 150gSurówka z kapusty pekińskiej, marchwi, jabłka z kukurydzą I olejem z awokado 80gKompot 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/>*** |