

# Niepubliczne Przedszkole i Żłobek „Pluszak”



ul. Dobieżyńska 35 D, 64-320 Buk; [www.pluszak-buk.pl](http://www.pluszak-buk.pl); [zlobek@pluszak-buk.pl](mailto:zlobek@pluszak-buk.pl); [przedszkole@pluszak-buk.pl](mailto:przedszkole@pluszak-buk.pl) tel. 693 411 950, 530 362 757

## TYGODNIOWY JADŁOSPIS 15-19. 03. 2021

DZIEŃ TYGODNIA		SKŁAD POSIŁKU	ALERGENY
PONIEDZIAŁEK	Ś	Pieczycwo: pszenne, razowe, wieloziarniste; masło; ser biały; szynka drobiowa; warzywa (ogórek, pomidor, rzodkiewka, sałata); napar z herbaty owocowej	1,2,3
	O	Zupa warzywna z kalafiozem(por, marchewka, seler, pietruszka, kalafior), pierogi z serem/owocami sok jednodniowy z owoców sezonowych/woda	1,2,3,11
	P	Owoce i warzywa sezonowe; woda; woda z cytryną,	
WTOREK	Ś	Pieczycwo: pszenne, razowe, wieloziarniste; masło; wędliny (szynka gotowana, polędwica sopocka, kiełbasa żywiecka); warzywa (ogórek, pomidor, rzodkiewka, sałata); napar z herbaty rumiankowej, woda	1,2,3
	O	Zupa pomidorowa(por, marchewka, seler, pietruszka, pomidory), klopsiki mielone z sosem, ziemniaki, surówka z marchewki i jabłka, sok jabłkowy/woda	1,2,3,11
	P	Galaretka z owocami sezonowymi, woda	
ŚRODA	Ś	Pieczycwo: pszenne, razowe, wieloziarniste; masło; parówki z szynki; warzywa (ogórek, pomidor, rzodkiewka, sałata); napar z herbaty malinowo-cytrynowej, woda, kakao	1,2,3
	O	Zupa warzywna z ogórkiem(por, marchewka, seler, pietruszka, ogórek),kotleciki drobiowe na parze, kasza jagłana z sosem, surówka z kapusty pekińskiej	1,2,3,11
	P	Budyń waniliowy i czekoladowy, woda	1,2
CZWARTEK	Ś	Pieczycwo: pszenne, razowe, wieloziarniste; masło; jajko gotowane; wędliny (szynka gotowana, polędwica sopocka, kiełbasa żywiecka); warzywa (ogórek, pomidor, rzodkiewka, sałata); napar z herbaty owocowej, kawa zbożowa, woda	1,2,3
	O	Rosół z makaronem(por, marchewka, seler, pietruszka), gołąbki, ziemniaki z wody, warzywa na parze, sok jednodniowy z owoców sezonowych/woda	1,2,3,11
	P	Pieczycwo z własnego wypieku	1,2,3
PIĄTEK	Ś	Pieczycwo: pszenne, razowe, wieloziarniste; masło; ser żółty; ser biały; dżem owocowy niskosłodzonym; warzywa (ogórek, pomidor, rzodkiewka, sałata); napar z herbaty koperkowej, woda	1,2,3
	O	Zupa wielowarzywna z brokułem (brokuł, marchewka, pietruszka, por ), racuchy z jabłkiem, kompot z owoców sezonowych	1,2,3
	P	Owoce i warzywa; woda; napar miętowy z cytryną,	

### INFORMACJE DODATKOWE:

Stosowane przyprawy: cukier, sól, pieprz, majeranek

Śniadania komponowane są przez dzieci - produkty wybierane są przez dzieci.

Ze względu na codzienny charakter zaopatrzenia, zastrzegamy sobie prawo do zmiany menu w przypadku braku surowców na rynku.

### ALERGENY

- 1 Zboża zawierające gluten
- 2 Białka mleka krowiego
- 3 Jaja
- 4 Ryby
- 5 Orzechy
- 6 Orzechy ziemne
- 7 Soja
- 8 Sezam
- 9 Gorczyca
- 10 Łubin
- 11 Seler
- 12 Czekolada

**DIETETYK**  
mgr Sławomira Kluczyńska - Kuleczka  
tel. 509 070 934

### DIETETYK

mgr Sławomira Kluczyńska - Kuleczka  
tel. 509 070 934

*S. Kluczyńska*

(podpis dietetyka)