

Jadłospis - Miejski Żłobek "Kraina Maluszka" w Knurowie

Okres: 28.04.2025 - 09.05.2025

Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
28.04.2025 Poniedziałek	Chleb pszenno-żytni 30g Masło 82% 5g Jajko sadzone z szynką 60g Pomidor 20g Kawa zbożowa z mlekiem 150ml Melon 80g Alergeny: gluten, mleko, jaja	Kapuśniak z młodej kapusty 180g (woda, kapusta biała młoda, koncentrat pomidorowy 30% bez soli, marchew, pietruszka, seler, por, cebula, przyprawy, natka pietruszki, olej rzepakowy) Filet z kurczaka panierowany 60g (filet z kurczaka, jaja, bułka tarta, olej rzepakowy, przyprawy) Ziemniaki 100g Surówka z ogórka kiszzonego, marchewki i jabłka 50g Kompot z owoców mieszanych (woda, mieszanka owocowa) 150ml Alergeny: gluten, jaja, seler	Kasza kukurydziana na mleku z sosem truskawkowym 150g Ciastka owsiane 15g Herbata poziomkowa 150ml Alergeny: gluten, mleko, jaja, orzechy
29.04.2025 Wtorek	Płatki kukurydziane z mlekiem150g Wek 30g Dżem truskawkowy 10g Herbata morelowa 150ml Sok jabłkowy 100% 120ml Alergeny: gluten, mleko	Krupnik 180g (woda, kasza jęczmienna, marchew, pietruszka, seler, por, cebula, przyprawy, koncentrat pomidorowy 30% bez soli, natka pietruszki, olej rzepakowy) Zapiekanka brokułowa z kurczakiem 200g (filet z kurczaka, makaron świderki, brokuły, cebula, czosnek, przyprawy, śmietanka 18%, koperek) Woda 150ml Alergeny: gluten, mleko, seler	Jogurt bananowy 100g (banany, jogurt naturalny) Wafle kukurydziane 5-7g Herbata z aronii 150ml Alergeny: gluten, mleko
30.04.2025 Środa	Chleb słonecznikowy 30g Masło 82% 5g Parówki z kurczaka 100% mięsa z kurczaka 60g Ogórek zielony 15g Kawa zbożowa z mlekiem 150ml Banan 80g Alergeny: gluten, mleko	Zupa koperkowa z ryżem 180g (woda, ryż, koperek, marchew, pietruszka, seler, por, cebula, przyprawy, natka pietruszki, olej rzepakowy) Łazanki z mięsem i kapustą kiszoną 220g (mięso z szynki wieprzowej, filet z kurczaka, szynka wieprzowa naturalna, kapusta kiszona, makaron, cebula, czosnek, przyprawy) Kompot z owoców mieszanych 150ml (woda, mieszanka owocowa) Alergeny: gluten, seler	Kisiel jagodowy 150g, wyrób własny Chipsy jabłkowe 5g Kakao na mleku 150ml Alergeny: gluten, mleko
05.05.2025 Poniedziałek	Chleb graham 30g Masło 82% 5g Ser żółty niskotłuszczowy 15g Ogórek zielony 15g Kawa zbożowa z mlekiem 150ml Sok jabłkowy 100% 120 ml Alergeny: gluten, mleko	Zupa pomidorowa z ryżem 180g (woda, ryż, przecier pomidorowy, koncentrat pomidorowy 30% bez soli, marchew, pietruszka, seler, por, cebula, przyprawy, natka pietruszki, olej rzepakowy) Pulpet z szynki wieprzowej w sosie śmietanowo - koperkowym 60g (mięso z szynki wieprzowej, jaja, bułka pszenna, bułka tarta, czosnek, cebula, śmietanka 18%, mąka pszenna, koperek, przyprawy) Kasza kuskus 30g Marchew mini na parze 50g Woda 150ml Alergeny: gluten, jaja, seler	Budyń śmietankowy na mleku 150g Borówki 20g Paluszki kukurydziane 5-7 g Herbata truskawkowa 150ml Alergeny: gluten, mleko

06.05.2025 Wtorek	Płatki owsiane na mleku 150g Chąłka drożdżowa 30g Miód 10g Herbata brzoskwiniowa 150ml Melon 80g Alergeny: gluten, mleko	Zupa marchewkowa z lanymi kluskami 180g (woda, marchew, jaja, mąka pszenna, pietruszka, seler, por, cebula, przyprawy, natka pietruszki, olej rzepakowy) Filet z miruny panierowany 60g (filet z miruny, bułka tarta, jaja, olej rzepakowy) Ziemniaki 100g Surówka z kapusty kiszonej, marchewki i jabłka 50g Kompot z owoców mieszanych (woda, mieszanka owocowa) 150ml Alergeny: gluten, jaja, seler, ryba	Kasza manna na mleku z sosem malinowym 150g Ciastka zbożowe 15g Herbata z owoców leśnych 150ml Alergeny: gluten, mleko, jaja, orzechy
07.05.2025 Środa	Chleb słonecznikowy 30g Masło 82% 5g Parówki z kurczaka 100% mięsa z kurczaka 60g Papryka czerwona 10g Kawa zbożowa z mlekiem 150ml Banan 80g Alergeny: gluten, mleko	Zupa brokułowa z kaszą manną 180g (woda, kasza manna, brokuł, marchew, pietruszka, seler, por, cebula, przyprawy, olej rzepakowy, natka pietruszki) Naleśniki z dżemem truskawkowym i serem mascarpone 100g (jaja, mąka pszenna, mleko, olej rzepakowy, dżem truskawkowy 100%, serek mascarpone) Kompot z owoców mieszanych 150ml (woda, mieszanka owocowa) Alergeny: gluten, mleko, jaja, seler	Chleb razowy 30g Masło 82% 5g Miruna w pomidorach z warzywami 30g (filet z miruny, pomidory, koncentrat pomidorowy 30% bez soli, ananas, marchew, pietruszka, seler, cebula, czosnek) Kawa zbożowa z mlekiem 150ml Alergeny: gluten, mleko, seler, ryba
08.05.2025 Czwartek	Płatki ryżowe na mleku 150g Chleb pszenno-żytni 30g Masło 82% 5g Szyńka z indyka 20g Sałata masłowa 2g Herbata wiśniowa 150ml Kiwi 60g Alergeny: gluten, mleko	Rosół z makaronem 180g (woda, kurczak cały, makaron 5-jajeczny, marchew, pietruszka, seler, por, cebula, przyprawy, natka pietruszki) Pieczeń wieprzowo-drobiowa w sosie pomidorowym 80g (mięso z szynki wieprzowej, filet z kurczaka, bułka tarta, bułka pszenna, czosnek, cebula, przyprawy, olej rzepakowy, jaja, przecier pomidorowy, koncentrat pomidorowy 30% bez soli, mąka pszenna) Ziemniaki 100g Kalafior na parze 50g Kompot z owoców mieszanych (woda, mieszanka owocowa) 150ml Alergeny: gluten, jaja, seler	Chleb graham 30g Masło 82% 5g Paszтет drobiowo-jarzynowy z ogórkiem kiszonym i słonecznikiem 30g - wyrób własny Kawa zbożowa z mlekiem 150ml Alergeny: gluten, mleko, seler
09.05.2025 Piątek	Zupa mleczna z zacierką 150g Wek 30g Twarożek waniliowy 20g (ser twarogowy rozdrobniony, cukier z prawdziwą wanilią) Herbata malinowa 150ml Jabłko 80g Alergeny: gluten, mleko	Krem z białych warzyw i pora 180g (woda, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, por, cebula, przyprawy, natka pietruszki) Zapiekanka włoska z kurczakiem 200g (filet z kurczaka, makaron, przecier pomidorowy, koncentrat pomidorowy 30% bez soli, ser żółty niskotłuszczowy, bazylia świeża, przyprawy) Kompot z owoców mieszanych (woda, mieszanka owocowa) 150ml Alergeny: gluten, mleko, seler	Ciasto biszkoptowe - wypiek własny 50g (mąka pszenna, mąka ziemniaczana, jaja, cukier, cukier z prawdziwą wanilią) Mus truskawkowy 15g Kakao na mleku 150ml Alergeny: gluten, mleko, jaja

Sporządził

Kucharz

Dyrektor