

JADŁOSPIS W DNIACH 24.03.2025 –28.03.2025 r.

Norma żywieniowa dzieci w przedziale wiekowym 3-6 lat 1400kcal

Jadłospis przedszkolny obejmuje 75% dziennego zapotrzebowania na energię tj. 1050kcal.

Data	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
Poniedziałek 24.03.2025r.	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło7g Paszтет drobiowy20g Ogórek kiszony20g Kakao150ml (1,7)	Zupa kalafiorowa250ml na wywarze drobiowo- warzywnym (marchew, por, seler, pietruszka, ziemniaki, kalafior) Podudzie kurczaka pieczone w piecu konwekcyjnym Ziemniaki100g Sur. z marchewki mini50g Kompot wieloowocowy150ml (1,7,9)	Jogurt owocowy na deser125g Jabłko 1 szt. Herbata owocowa125ml (7)
Wtorek 25.03.2025r.	Chłka pszenna35g Masło7g Płatki kukurydziane na mleku150g Dżem truskawkowy20g Marchewka20g Herbata owocowa125ml (1,7)	Zupa rosółowa z ryżem250ml (marchew, por, seler, koperek, pietruszka, cebula) na wywarze drobiowo-warzywnym Gulasz wieprzowy 130g Kasza jęczmienna100g Sur. z czerwonej kapusty50g Kompot wieloowocowy150ml (1,7,9)	Wafel Grzesiek Mandarynka 1 szt. Kawa inka na mleku125ml (1,7)
Środa 26.03.2025r.	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło7g Kiełbasa szynkowa wieprzowa20g Ogórek zielony20g Kawa inka na mleku150ml (1,7)	Zupa brokułowa250ml (marchew, por, seler, pietruszka, brokuł, ziemniaki, cebula) na wywarze drobiowo-warzywnym. Kotlet mielony50g smażony w piecu konwekcyjnym Ziemniaki100g Sur. z białej rzodkiewki50g Śmietana18% Kompot wieloowocowy150ml (1,3,7,9)	Jogurt owocowy 150g Banan1szt. Herbata czarna porzeczka125ml (1,7)
Czwartek 27.03.2024r.	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło7g Ser żółty20g Pomidor20g Kakao 150ml (1,7)	Zupa ziemniaczana250ml (marchew, ziemniaki, por, seler, pietruszka, cebula) na wywarze drobiowo-warzywnym Śmietana18% Makaron z sosem truskawkowo-jogurtowym100/80g Kompot wieloowocowy150ml (1,3,7,9)	Babka cytrynowa40g Jabłko1 szt. Mleko125ml (1,3,7)
Piątek 28.03.2024r.	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło7g Pasta rybna20g Papryka czerwona 20g Kawa inka na mleku150ml (1,3,4,7)	Zupa pomidorowa z makaronem250ml (marchew, por, seler, pietruszka, cebula)na wywarze wieprzowo-warzywnym Jajko sadzone1 szt. Ziemniaki100g Sur. z fasolki szparagowej50g Śmietana18% Kompot wieloowocowy150ml (1,3,7,9)	Serek homogenizowany 100g Kiwi1 szt. Herbata truskawkowa125ml (1,7)

Wywar mięsno-warzywny:

Składniki : marchew, por, pietruszka korzeń, seler korzeń (9), cebula, natka pietruszki, lubczyk, mięso: drób, wieprzowina do produkcji wywaru użyto mieszanki przypraw,

Do przygotowywania potraw w przedszkolu tj. zup, gulaszu, sosów, zapiekanek, używane są przyprawy zawierające śladowe ilości alergenów

Substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji:

- 1.Zboża zawierające gluten (pszenica, żyto, pszenżyto, orkisz, jęczmień, owies oraz produkty pochodne),
- 2.Skorupiaki i produkty pochodne,
- 3.Jajka i produkty pochodne,
- 4.Ryby i produkty pochodne,
- 5.Orzechy ziemne (arachidowe) i produkty pochodne,
- 6.Soja i produkty pochodne,
- 7.Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą),
- 8.Orzechy (migdały, orzechy laskowe, włoskie, nerkowce, orzechy pekan, brazylijskie oraz pochodne),
- 9.Seler i produkty pochodne,
- 10.Musztarda, gorczyca i produkty pochodne,
- 11.Ziarna sezamu i produkty pochodne,
- 12.Dwutlenek siarki (siarczany, E 220 — E 227) stężeniu powyżej 10 mg/kg lub 50 mg/l dla produktów w postaci gotowej do spożycia lub przygotowane do spożycia zgodnie z instrukcjami wytwórców,
- 13.Łubin i produkty pochodne
- 14.Mięczaki i produkty pochodne,