

JADŁOSPIS W DNIACH 05.05.2025 – 09.05.2025 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 05.05.2025r.	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło7g Parówka z szynki na ciepło Ketchup Ogórek zielony20g Kawa inka na mleku150ml (1,7)	Krupnik z kaszą jęczmienną250ml na wywarze drobiowo- warzywnym (ziemniaki, marchew, por, seler, pietruszka, cebula) Racuchy z jabłkiem i bananem2 szt. Kompot wieloowocowy150ml (1,3,7,9)	Jogurt owocowy na deser150g Herbatniki50g Herbata owocowa125ml (1,3,7)
Wtorek 06.05.2025r.	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło7g Ser żółty 20g Pomidor20g Herbata z cytryną150ml (1,7)	Zupa szczawiowa z jajkiem250ml wywarze drobiowo-warzywnym (marchew, por, seler, koperek, ziemniaki, pietruszka, cebula) Śmietana18% Spaghetti bolognese 100/130g Kompot wieloowocowy150ml (1,3,7,9)	Serek homogenizowany100g (7) Mandarynka 1 szt.
Środa 07.05.2025r.	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło7g Kiełbasa szynkowa wieprzowa20g Ogórek zielony20g Kakao150ml (1,7)	Zupa kalafiorowa250ml na wywarze drobiowo-warzywnym (marchew, por, seler, pietruszka, kalafior, cebula) Śmietana18% Podudzie z kurczaka 1 szt. pieczony w piecu konwekcyjno- parowym Ziemniaki100g Sur. Colesław 50g Kompot wieloowocowy150ml (1,3,7,9)	Wafelek knoppers Banan 1 szt. Mleko125ml (1,3,7,8)
Czwartek 08.05.2025r.	Rogal pszenny40g Masło7g Twarożek20g Miód Marchewka do pochrupania (1,7)	Barszcz biały z kiełbasą i jajkiem 250ml na wywarze wieprzowo-warzywnym(marchew, por, seler, pietruszka, ziemniaki) Śmietana18% Makaron z warzywami130g Sos jogurtowo-czosnkowy. Kompot wieloowocowy150ml (1,3,7,9)	Sok jabłkowy200ml Ciasto czekoladowo-orzechowe40g Jabłko1 szt. (1,3,7,8)
Piątek 09.05.2025r.	Chleb pszenny Chleb żytni35g Masło7g Scynka z piersi kurczaka20g Ogórek kiszony20g Kawa inka na mleku150ml (1,7)	Zupa pomidorowa z ryżem250ml na wywarze drobiowo- warzywnym. (marchew por, seler, cebula pietruszka) Śmietana18% Kotlet mielony z dorsza50g smażony w piecu konwekcyjno- parowym Ziemniaki100g Sur. z kiszonej kapusty50g Kompot wieloowocowy150ml (1,3,4,7,9)	Jogurt owocowy 150g Chrupki pałki kukurydziane3 szt. Rodzynki (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,