

JADŁOSPIS W DNIACH 19.05.2025 –23.05.2025 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 19.05.2025r.	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło7g Parówka z szynki na ciepło, ketchup Ogórek kiszony20g Herbata owocowa150ml (1,7)	Zupa jarzynowa250ml na wywarze drobiowo- warzywnym (ziemniaki, marchew, por, seler, pietruszka, groszek, fasola szparagowa, brokuł, kalafior) Śmietana18% Łazanki z kiszoną kapusta i kielbasą130g Kompot wieloowocowy150ml (1,3,7,9)	Serek homogenizowany 100g Chrupki pałki kukurydziane3 sz. Rodzynki Herbata owocowa125ml (1,7)
Wtorek 20.05.2025r.	Chalka pszenna35g Masło7g Dżem truskawkowy 20g Płatki miodokółka na mleku150g Marchewka20g Herbata z cytryną150ml (1,7)	Zupa wiejska250ml na wywarze drobiowo-warzywnym(marchew, por, seler, koperek, pietruszka, cebula) Gulasz z mięsa wieprzowego130g Kasza jęczmienna100g Sur. z ogórka kiszzonego50g Kompot wieloowocowy150ml (1,3,7,9)	Wafelek knoppers (1,3,7) Mandarynka 1 szt. Mleko 125ml
Środa 21.05.2025r.	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło7g Ser żółty20g Pomidor20g Kawa inka na mleku150ml (1,7)	Rosół z makaronem 250ml na wywarze drobiowo-warzywnym (marchew, por, seler, pietruszka, cebula) Kotlet mielony z dorsza50g smażony w piecu konwekcyjnym. Ziemniaki100g Sur. z kiszonej kapusty50g Kompot wieloowocowy150ml (1,3,4,7,9)	Jogurt owocowy na deser125ml Jabłko1 szt. Herbata owocowa125ml (7)
Czwartek 22.05.2025r.	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło7g Polędwica sopocka20g Ogórek zielony20g Kakao150ml (1,7)	Zupa szczawiowa z jajkiem250ml na wywarze drobiowo-warzywnym(marchew, por, seler, pietruszka, ziemniaki) Śmietana18% Makaron z sosem truskawkowo-jogurtowym100/80g Kompot wieloowocowy150ml (1,3,7,9)	Babka cytrynowa40g Banan100g Mleko125ml (1,3,7)
Piątek 23.05.2025r.	Chleb pszenny Chleb żytni35g Masło7g Kielbasa szynkowa wieprzowa20g Papryka czerwona20g Kawa inka na mleku150ml (1,7)	Zupa ogórkowa250ml na wywarze drobiowo- warzywnym.(marchew, por, ziemniaki, seler, cebula, pietruszka) Śmietana18% Ryż zapiekany z jabłkiem130g Kompot wieloowocowy150ml (1,7,9)	Herbatniki50g Mleko czekoladowe200ml (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,