

JADŁOSPIS W DNIACH 02.06.2025 –06.06.2025 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 02.06.2025r.	Rogal pszenny35g Masło7g Dżem truskawkowy20g Płatki kulki czekoladowe na mleku150ml Marchewka20g Herbata owocowa150ml (1,7)	Zupa fasolowa250ml na wywarze drobiowo- warzywnym (ziemniaki, fasola, marchew, por, seler, pietruszka) Naleśnik z białym serem1 szt. Kompot wieloowocowy150ml (1,3,7,9)	Wafelek knoppers Jabłko1 szt. Herbata malinowa125ml (1,7)
Wtorek 03.06.2025r.	Chleb pszenny chleb żytni35g Masło7g Szynka gotowana20g Ogórek kiszony20g Kawa inka na mleku150ml (1,7)	Zupa ziemniaczana250ml na wywarze drobiowo-warzywnym(marchew, por, seler, koperek, pietruszka, ziemniaki, cebula) Śmietana18% Spaghetti bolognese100/130g Kompot wieloowocowy150ml (1,3,7,9)	Serek Darek150g (7) Żurawina Herbata owocowa125ml
Środa 04.06.2025r.	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło7g Kiełbasa szynkowa20g Ogórek zielony20g Kakao150ml (1,7)	Zupa wiejska 250ml na wywarze drobiowo-warzywnym (marchew, por, seler, pietruszka, cebula, ziemniaki) Potrawka z piersi kurczaka130g Śmietana18% Ryż100g Sur. z buraczków50g Kompot wieloowocowy150ml (1,3,7,9)	Jogurt owocowy na deser125ml Arbuz140g. Herbata owocowa125ml (7)
Czwartek 05.06.2025r.	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło7g Ser żółty20g Pomidor20g Herbata z cytryną150ml (1,7)	Zupa brokułowa250ml na wywarze drobiowo- warzywnym(marchew, por, seler, pietruszka, brokuł, ziemniaki) Śmietana18% Pierogi ruskie z cebulką3 szt. Sur. z białej kapusty50g Kompot wieloowocowy150ml (1,3,7,9)	Ciasto czekoladowo- orzechowe40g Banan100g Mleko125ml (1,3,7)
Piątek 06.06.2025r.	Chleb pszenny Chleb żytni35g Masło20g Pasta rybna20g Papryka czerwona20g Kakao150ml (1,3,4,7)	Zupa ogórkowa250ml na wywarze drobiowo- warzywnym.(marchew, por, ziemniaki, seler, cebula, pietruszka) Śmietana18% Kotlet mielony wieprzowy smażony w piecu konwekcyjnym50g Ziemniaki100g Sur. z białej rzodkiewki50g Kompot wieloowocowy150ml (1,7,9)	Jogurt owocowy125ml Chrupki pałki kukurydziane3 szt. Rodzynki Herbata malinowa125ml (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,