

JADŁOSPIS W DNIACH 09.06.2025 –13.06.2025 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 09.06.2025r.	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło7g Parówka na ciepło1 szt. ketchup Ogórek kiszony20g Kawa inka na mleku150ml(1,7)	Żurek z jajkiem i kielbasą250ml na wywarze wieprzowo- warzywnym (ziemniaki, marchew, por, seler, pietruszką)Śmietana18% Racuchy z jabłkiem i bananem2 szt. Kompot wieloowocowy150ml (1,3,7,9)	Serek homogenizowany Chrupki kukurydziane pałki 3 szt. Herbata malinowa125ml (1,7)
Wtorek 10.06.2025r.	Chleb pszenny chleb żytni35g Masło7g Kiełbasa szynkowa20g Ogórek zielony20g Kakao150ml(1,7)	Barszcz ukraiński250ml na wywarze drobiowo-warzywnym(marchew, por, seler, koperek, pietruszka, burak ćwikłowy, ziemniaki, cebula)Śmietana18% Makaron z warzywami i sosem jogurtowo-czosnkowym Kompot wieloowocowy150ml (1,3,7,9)	Herbatniki50g(1,7) Arbuz Mleko125ml(7)
Środa 11.06.2025r.	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło7g Ser żółty20g Pomidor20g Kawa inka na mleku150ml(1,7)	Zupa szczawiowa z jajkiem250ml na wywarze drobiowo-warzywnym (marchew, por, seler, pietruszka, cebula, ziemniaki)Śmietana18% Gulasz z mięsa wieprzowego130g Kasza jeczienna100g Mizeria50g Kompot wieloowocowy150ml (1,3,7,9)	Jogurt owocowy na deser125ml Jabłko1 szt. Herbata owocowa125ml (7)
Czwartek 12.06.2025r.	Rogal pszenny35g Masło7g Dżem wiśniowy20g Płatki miodokółka na mleku150ml Marchewka20g Herbata z cytryną150ml (1,7)	Rosół z makaronem250ml na wywarze drobiowo- warzywnym(marchew, por, seler, pietruszka) Podudzie kurczaka1 szt. Ziemniaki100g Sur. z buraczków50g Kompot wieloowocowy150ml (1,3,7,9)	Babka czekoladowo- waniliowa40g Banan100g Mleko125ml (1,3,7)
Piątek 13.06.2025r.	Chleb pszenny Chleb żytni35g Masło20g Pasta rybna20g Papryka czerwona20g Kawa inka na mleku150ml (1,3,4,7)	Zupa pomidorowa z ryżem250ml na wywarze drobiowo- warzywnym. (marchew, por, seler, cebula, pietruszką) Śmietana18% Pierś kurczaka w panierce50g Ziemniaki100g Sur . z marchewki mini50g Kompot wieloowocowy150ml (1,7,9)	Jogurt owocowy125ml Jabłko1 szt. 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,