

JADŁOSPIS W DNIACH 16.06.2025 –18.06.2025 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 16.06.2025r.	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło7g Paszтет drobiowy20g Papryka czerwona20g Kawa inka na mleku150ml (1,7)	Zupa grochowa250ml na wywarze wieprzowo- warzywnym (groch, ziemniaki, marchew, por, seler, pietruszka) Ryż z jabłkiem130g Kompot wieloowocowy150ml (1,7,9)	Serek homogenizowany Herbatniki Herbata malinowa125ml (1,7)
Wtorek 17.06.2025r.	Chleb pszenny chleb żytni35g Masło7g Kiełbasa szynkowa20g Ogórek zielony20g Kakao150ml (1,7)	Zupa z fasolką szparagową250ml na wywarze drobiowo- warzywnym(marchew, por, seler, marchew, pietruszka ziemniaki, fasolka szparagowa) Śmietana18% Kotlet z dorsza smażony w piecu konwekcyjnym50g Ziemniaki100g Sur. z kiszonej kapusty50g Kompot wieloowocowy150ml (1,3,4,7,9)	Wafel knoppers(1,7) Arbuz Mleko125ml (7)
Środa 18.06.2025r.	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło7g Ser żółty20g Pomidor20g Herbata z cytryną150ml (1,7)	Zupa rosółowa z ryżem250ml na wywarze drobiowo-warzywnym (marchew, por, seler, pietruszka, cebula, ziemniaki) Jajko sadzone1 szt. Ziemniaki100g Sur. marchewka z jabłkiem50g Kompot wieloowocowy150ml (1,3,7,9)	Jogurt owocowy na deser125ml Banan1szt. Herbata owocowa125ml (7)
Czwartek 19.06.2025r.			
Piątek 20.06.2025r.			

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,