

JADŁOSPIS W DNIACH 01.09. 2025 - 05.09.2025r.

Norma żywieniowa dzieci w przedziale wiekowym 3-6 lat 1400kcal

Jadłospis przedszkolny obejmuje 75% dziennego zapotrzebowania na energię tj. 1050kcal.

Data	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
01.09.2025r. Poniedziałek	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło7g Parówka z szynki Ogórek zielony20g ketchup Herbata z cytryną150ml (1,7)	Zupa ogórkowa250ml na wywarze drobiowo- warzywnym (marchew, por, seler, pietruszka, ziemniaki)Śmietana18% Makaron z białym serem130g Kompot wieloowocowy150ml (1,7,9)	Jogurt na deser125ml Jabłko Herbata malinowa125ml (7)
02.09.2025r. Wtorek	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło7g Szynka z piersi kurczaka20g Pomidor20g Kawa inka na mleku150ml (1,7)	Zupa jarzynowa250ml na wywarze drobiowo- warzywnym (marchew, por, grostek zielony, seler, ziemniaki, kapusta biała, kalafior, pietruszka,) Śmietana18% Kotlet mielony wieprzowy smażony w piecu konwekcyjno- parowym50g Ziemniaki100g Sur. z czerwonej kapusty50g Kompot truskawkowy150ml (1,3,7,9)	Wafel knoppers Banan100g Mleko125ml (1,7)
03.09.2025r. Środa	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło7g Ser żółty20g Papryka czerwona20g Herbata owocowa150ml (1,7)	Zupa rosółowa z ryżem250ml na wywarze drobiowo- warzywnym (marchew, por, seler, pietruszka, cebula) Jajko sadzone1 szt. Ziemniaki100g Mizeria50g Jogurt naturalny Kompot wieloowocowy150ml (1,3,7,9)	Herbatniki Arbuz 1 szt. Herbata owocowa125ml (1,7)
04.09.2025r. Czwartek	Rogal pszenny35g Masło7g Dżem truskawkowy20g Marchewka20g Płatki kukurydziane na mleku150ml Herbata owocowa150ml (1,3,7)	Zupa pomidorowa z makaronem250ml na wywarze drobiowo- warzywnym (seler, por, cebula, pietruszka, marchew) Śmietana18% Gulasz wieprzowy130g Kasza jęczmienna100g Sur. z kiszonego ogórka50g Kompot śliwkowy150ml (1,3,7,9)	Babka cytrynowa 40g Śliwka100g Kawa inka na mleku125ml (1,3,7)
05.09.2025r. Piątek	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło7g Kiełbasa szynkowa wieprzowa20g Ogórek kiszony20g 125ml Kakao150ml (1,7)	Żurek z jajkiem i kiełbasą250ml na wywarze drobiowo- warzywnym(seler, por, pietruszka, marchewka, ziemniaki)Śmietana18% Kotlet mielony z dorsza50g smażony w piecu konwekcyjnym Ziemniaki100g Sur. z kiszonej kapusty50g Kompot truskawkowy150ml (1,3,4,7,9)	Serek homogenizowany150g 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,