

JADŁOSPIS W DNIACH 15.09. 2025 - 19.09.2025r.

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

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

Data	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
15.09.2025r. Poniedziałek	Bułka pszenna35g Masło7g Paszтет drobiowy20g Pomidor20g Herbata z cytryną150ml (1,7)	Zupa szczawiowa z jajkiem250ml na wywarze drobiowo- warzywnym (marchew, por, seler, pietruszka, szczaw, ziemniaki)Śmietana18% Naleśnik z białym serem 1 szt. Kompot wieloowocowy150ml (1,3,7,9)	Herbatniki Mus owocowy Kawa inka na mleku125ml (1,7)
16.09.2025r. Wtorek	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło7g Polędwica z piersi kurczaka20g Ogórek zielony20g Kakao150ml (1,7)	Zupa wiejska250ml na wywarze drobiowo- warzywnym (marchew, por, seler, ziemniaki, pietruszka,) Schab w sosie własnym50/80g Kasza jęczmienna100g Sur. z ogórka kiszzonego50g Kompot truskawkowy150ml (1,3,7,9)	Jogurt owocowy125ml Jabłko 1 szt. Herbata malinowa125ml (7)
17.09.2025r. Środa	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło7g Kiełbasa szynkowa wieprzowa20g Papryka czerwona20g Kawa inka na mleku150ml (1,7)	Zupa jarzynowa250ml na wywarze drobiowo- warzywnym (marchew, por, seler, pietruszka, fasolka szparagowa, brokuł, kalafior, brukselka, cebula) Śmietana18% Łazanki z kiszona kapustą i kiełbasa130g Kompot wieloowocowy150ml (1,3,7,9)	Serek homogenizowany Gruszka 1 szt. Herbata owocowa125ml (7)
18.09.2025r. Czwartek	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło7g Ser żółty20g Pomidor20g Herbata malinowa150ml (1,7)	Zupa ogórkowa 250ml na wywarze drobiowo- warzywnym (seler, por, cebula, pietruszka, marchew, ziemniaki, ogórek kiszony) Gołąbek w sosie pomidorowym50/80g Ziemniaki100g Kompot wiśniowy150ml (1,3,7,9)	Babka czekoladowa40g Śliwka 1 szt. Kawa inka na mleku125ml (1,3,7)
19.09.2025r. Piątek	Rogal pszenny35g Masło7g Dżem truskawkowy20g Płatki śniadaniowe na mleku150g Marchew do pochrupania20g Herbata owocowa125ml (1,3,7)	Kapuśniak ze słodkiej kapusty250ml na wywarze drobiowo- warzywnym(seler, por, pietruszka, biała kapusta marchewka, ziemniaki)Śmietana50g Pierogi ruskie z cebulką 3 szt. Sur. z białej rzodkiewki50g Kompot truskawkowy150ml (1,3,7,9)	Serek homogenizowany150g Banan100g 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,