

JADŁOSPIS W DNIACH 13.10. 2025 – 17.10.2025r.

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

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

Data	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
13.10.2025r. Poniedziałek	Bułka pszenna40g Masło7g Paszтет drobiowy20g Ogórek kiszony20g Kawa inka na mleku150ml (1,7)	Zupa kalafiorowa250ml na wywarze wieprzowo - warzywnym (marchew, por, seler, pietruszka, kalafior, ziemniaki) Śmietana18% Łazanki z kiszoną kapustą i kielbasą130g Kompot wieloowocowy150ml (1,3,6,7,9)	Serek homogenizowany 150g Jabłko1 szt. Herbata malinowa125ml (7)
14.10.2025r. Wtorek	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło7g Polędwica z piersi kurczaka20g Ogórek zielony20g Kakao150ml (1,6,7)	Krupnik z kaszą jęczmienną 250ml na wywarze drobiowo- warzywnym (marchew, por, seler, pietruszka, ziemniaki) Potrawka z kurczaka130g Ziemniaki100g Sur. z buraczków50g Kompot truskawkowy150ml (1,3,7,9)	Wafel Grzesiek Gruszka1 szt. 125ml (1,7)
15.10.2025r. Środa	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło7g Twarożek śmietankowy20g Pomidor20g Herbata z cytryną150ml (1,7)	Barszcz czerwony250ml na wywarze drobiowo- warzywnym Śmietana18% (marchew, por, seler, pietruszka, burak ćwikłowy, cebula, ziemniaki) Jajko sadzone 1 szt. Ziemniaki100g Fasolka szparagowa zasmażana50g Kompot wieloowocowy150ml (1,3,7,9)	Jogurt na deser125ml. Gruszka1 szt. Herbata owocowa125ml (7)
16.10.2025r. Czwartek	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło7g Kiełbasa szynkowa20g Papryka czerwona20g Kakao150ml (1,7)	Rosół z makaronem250ml na wywarze drobiowo- warzywnym (seler, por, cebula, pietruszka, marchew) Podudzie kurczaka 1 szt. Ziemniaki100g Sur. marchewka z ananasem50g Kompot wiśniowy150ml (1,3,7,9)	Jogurt naturalny125ml Banan 100 g Herbata czarna porzeczkowa125ml (7)
17.10.2025r. Piątek	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło7g Pasta rybna20g Ogórek kiszony20g Kawa inka na mleku150ml (1,7)	Zupa ziemniaczana250ml na wywarze drobiowo- warzywnym (seler, por, pietruszka, cebula, marchewka) Śmietana18% Bułka na parze1szt. z sosem jogurtowo- waniliowym Kompot truskawkowy150ml (1,3,7,9)	Bułka drożdżowa 1 szt. z białym serem Śliwka1 szt. 125ml (1,3,7)

Zastrzegamy sobie prawo do zmian w jadłospisie.

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,