

JADŁOSPIS W DNIACH 27.10.2025 – 31.10.2025r.

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

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

Data	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
27.10.2025r. Poniedziałek	Bulka pszenna40g Masło7g Paszтет drobiowy20g Papryka czerwona 20g Herbata owocowa 150ml (1,7)	Zupa pomidorowa z makaronem250ml na wywarze wieprzowo - warzywnym (marchew, por, seler, pietruszka) Naleśnik z serem 1 szt. Kompot 150ml Mix owoców (jabłko, gruszka, banan) (1,3,7,9)	Serek homogenizowany 150g Chrupki pałki kukurydziane3 szt. Herbata malinowa125ml (7)
28.10.2025r. Wtorek	Chąłka pszenna35g Masło7g Dżem truskawkowy20g Płatki kulki czekoladowe na mleku 150g Marchewka do pochrupania20g Herbata malinowa 150ml (1,3, 7)	Barszcz biały 250ml na wywarze wieprzowo- warzywnym (marchew, por, seler, pietruszka, ziemniaki) Śmietana18% Makaron z warzywami i sosem jogurtowo-czosnkowym.130g Kompot truskawkowy150ml (1,3,7,9)	Wafel knoppers Mandarynka1 szt. Herbata z cytryną125ml (1,7)
29.10.2025r. Środa	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło7g Połędwica drobiowa20g Pomidor20 Kakao150ml (1,7)	Zupa krem z dyni250ml na wywarze drobiowo- warzywnym (marchew, por, seler, pietruszka, ziemniaki, cebula) z groszkiem ptysiowym Śmietana18% Kotlet mielony wieprzowy50g smażony w piecu konwekcyjno- parowym Ziemniaki100g Sur. z buraczków50g Kompot wieloowocowy150ml (1,3,7,9)	Herbatniki50g Gruszka1 szt. Kawa inka na mleku125ml (1,3,7)
30.10.2025r. Czwartek	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło7g Szynka z piersi kurczaka20g Ogórek zielony20g Kawa inka na mleku150ml (1,6,7)	Zupa zabieleniana z fasolką szparagową 250ml na wywarze drobiowo- warzywnym (seler, por, cebula, pietruszka, marchew,) Śmietana18% Spaghetti bolognese100/130g Kompot wiśniowy150ml (1,3,7,9)	Ciasto czekoladowo- orzechowe40g Banan 100 g Herbata czarna porzeczkowa125ml (1,3,7,8)
31.10.2025r. Piątek	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło7g Pasta rybna20g Ogórek kiszony20g Kakao 150ml (1,7)	Rosół z makaronem 250ml na wywarze drobiowo- warzywnym (seler, por, pietruszka, cebula, marchewka) Podudzie kurczaka pieczone w piecu konwekcyjno- parowym, Kasza bulgur100g Sur. Marchewka z groszkiem50g Kompot truskawkowy150ml (1,3,7,9)	Jogurt na deser125g Jabłko1 szt. Herbata z cytryną125ml (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,