

JADŁOSPIS W DNIACH 10.11. 2025 – 14.11.2025r.

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

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

Data	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
10.11.2025r. Poniedziałek	Bułka pszenna40g Masło7g Twarożek śmietankowy150ml Miód Marchewka do pochrupania Herbata owocowa 150ml (1,7)	Zupa szczawiowa z jajkiem250ml na wywarze wieprzowo - warzywnym (marchew, por, seler, pietruszka, ziemniaki, szczaw) Śmietana18% Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamonem130g Kompot 150ml (1,3,7,9)	Serek homogenizowany 100g Banan100g Herbata czarna porzeczką125ml (7)
11.11.2025r. Wtorek	-----	-----	-----
12.11.2025r. Środa	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło7g Pasztecik drobiowy20g Papryka czerwona 20 g Kakao150ml (1,7)	Krupnik z kaszą jęczmienną250ml na wywarze drobiowo- warzywnym (marchew, por, seler, pietruszka, ziemniaki, cebula) Makaron z twarogiem130g Kompot wieloowocowy150ml (1,3,7,9)	Herbatniki50g Mandarynka1 szt. Herbata owocowa125ml (7)
13.11.2025r. Czwartek	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło7g Szynka z piersi kurczaka20g Ogórek zielony20g Kawa inka na mleku150ml (1,6,7)	Barszcz ukraiński250ml na wywarze drobiowo- warzywnym Śmietana18% (seler, por, pietruszka, cebula, fasola biała kapusta, marchewka) Potrawka z kurczaka z warzywami130g(marchew, groszek zielony, seler, pietruszka, por, koperek) Ziemniaki100g Kompot truskawkowy150ml (1,7,9)	Serek homogenizowany150g Banan 100 g Herbata z cytryną125ml (7)
14.11.2025r. Piątek	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło7g Pasta rybna20g Pomidor20g Kakao 150ml (1,7)	Zupa ziemniaczana250ml na wywarze drobiowo- warzywnym (seler, por, pietruszka, cebula, marchewka) Bułka na parze z sosem jogurtowo- waniliowym1 szt. Kompot truskawkowy150ml (1,3,7,9)	Wafelki Grzesiek Jabłko1 szt. Herbata malinowa125ml (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,