

JADŁOSPIS W DNIACH 17.11. 2025 – 21.11.2025r.

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

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

Data	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
17.11.2025r. Poniedziałek	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło7g Ser żółty20g Papryka czerwona 20g Herbata z cytryną 150ml (1,7)	Zupa grochowa 250ml na wywarze wieprzowo - warzywnym (marchew, por, seler, pietruszka, ziemniaki, groch połówki) Naleśnik z białym serem1 szt. Kompot śliwkowy 150ml (1,3,7,9)	Herbatniki50g Jabłko Herbata malina125ml (1,3,7)
18.11.2025r. Wtorek	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło7g Kiełbasa szynkowa20g Ogórek kiszony20g Kakao150ml	Zupa wiejska 250ml na wywarze mięsno- warzywnym(marchew, por, seler, cebula, pietruszka, ziemniaki) Kotlet mielony z dorsza50g smażony w piecu konwekcyjno-parowym Ziemniaki100g Sur. z kiszanej kapusty50g Kompot wieloowocowy150ml (1,3,4,7,9)	Jogurt na deser125ml Chrupki kukurydziane pałki3szt. Rodzynki Herbata owocowa125ml (7)
19.11.2025r. Środa	Rogal pszenny35g Masło7g Dżem truskawkowy 20g Płatki śniadaniowe na mleku150ml Marchewka do pochrupania20g Herbata owocowa150ml (1,3,7)	Zupa pomidorowa z makaronem250ml na wywarze drobiowo- warzywnym (marchew, por, seler, pietruszka, cebula) Śmietana18% Kotlet mielony wieprzowy50g Ziemniaki100g Sur. z buraczków50g Kompot wieloowocowy150ml (1,3,7,9)	Kulka serowa Mandarynka1 szt. Kawa inka na mleku125ml (1,3,7)
20.11.2025r. Czwartek	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło7g Szynka z piersi kurczaka20g Pomidor20g Kawa inka na mleku150ml (1,6,7)	Zupa ogórkowa250ml na wywarze drobiowo- warzywnym Śmietana18% (seler, por, pietruszka, cebula, ogórek kiszony, marchewka) Podudzie kurczaka1 szt. Kasza bulgur100g Sur. z białej kapusty50g Kompot truskawkowy150ml (1,3,7,9)	Ciasto czekoladowo- orzechowe Banan 100 g Mleko125ml (1,3,7)
21.11.2025r. Piątek	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło7g Paszтет drobiowy20g Pomidor20g Kakao 150ml (1,7)	Zupa jarzynowa250ml na wywarze drobiowo- warzywnym Śmietana18% (seler, por, pietruszka, cebula, marchewka, brokuł, kalafior, brukselka,) Pierogi ruskie z cebulką 3 szt. Kompot truskawkowy150ml (1,3,7,9)	Serek homogenizowany100g 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,