

JADŁOSPIS W DNIACH 01.12.2025 – 05.12.2025r.

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

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

Data	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
01.12.2025r. Poniedziałek	Bułka pszenna 35g Masło 7g Twarożek smietankowy 20g Marchewka do pochrupiania 20g Miód 10g Kawa inka na mleku 150ml (1,7)	Żurek z jajkiem i kiełbasą 250ml na wywarze wieprzowo - warzywnym (marchew, por, seler, pietruszka, ziemniaki, cebula) Śmietana 18% Ryż zapiekany z jabłkiem 130g Kompot wieloowocowy 150ml (1,3,7,9)	Serek Darek 150g Chrupki kukurydziane pałki 3 szt. Herbata malina 125ml (1,3,7)
02.12.2025r. Wtorek	Chleb pszenny, chleb żytni 35g Masło 7g Szynka z kurczaka 20g Papryka czerwona 20g Kakao 150ml (1,7)	Zupa brokułowa 250ml na wywarze mięsno- warzywnym (marchew, por, seler, cebula, pietruszka, ziemniaki, kalafior) Śmietana 18% Szynka w sosie własnym 130g Kasza jęczmienna 100g Sur. z czerwonej kapusty 50g Kompot wieloowocowy 150ml (1,7,9)	Herbatniki 50g Mandarynka 1 szt. Kawa inka na mleku 125ml (7)
03.12.2025r. Środa	Chleb pszenny, Chleb żytni 35g Masło 7g Pasta rybna 20g Pomidor, sałata masłowa 20g Kawa inka na mleku 150ml (1,3,4,7)	Kapuśniak z kiszonej kapusty 250ml na wywarze wieprzowo- warzywnym (marchew, por, seler, pietruszka, ziemniaki, cebula) Potrawka z kurczaka z warzywami 130g (marchew, por, seler, pietruszka, groszek) Ziemniaki 100g Kompot wieloowocowy 150ml (1,7,9)	Wafel knoppers Jabłko 1 szt. Mleko 125ml (1,7)
04.12.2025r. Czwartek	Chleb pszenny, chleb żytni 35g Masło 7g Ser żółty 20g Ogórek zielony, szczypior 20g Herbata z cytryną 150ml (1,7)	Barszcz czerwony 250ml na wywarze drobiowo- warzywnym Śmietana 18% (seler, por, pietruszka, cebula, burak ćwikłowy, marchewka) Kotlet schabowy 50g w panierce smażony w piecu konwekcyjno- parowym Ziemniaki 100g Sur. z białej kapusty 50g Kompot truskawkowy 150ml (1,3,7,9)	Babka czekoladowa 40g Banan 100 g Kakao 125ml (1,3,7)
05.12.2025r. Piątek	Chleb pszenny chleb żytni 35g Masło 7g Kiełbasa szynkowa 20g Ogórek kiszony 20g Herbata owocowa 150ml (1,7)	Zupa ogórkowa 250ml na wywarze drobiowo- warzywnym Śmietana 18% (seler, por, pietruszka, cebula, marchewka) Makaron z białym serem 130g Kompot wieloowocowy 150ml (1,3,7,9)	Serek homogenizowany 100g Gruszka 1 szt. Herbata malinowa 125ml (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,