

JADŁOSPIS W DNIACH 08.12. 2025 – 12.12.2025r.

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

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

Data	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
08.12.2025r. Poniedziałek	Bułka pszenna35g Masło7g Paszтет drobiowy20g Ogórek kiszony20g Kawa inka na mleku 150ml (1,7)	Zupa pomidorowa z ryżem250ml na wywarze wieprzowo - warzywnym (marchew, por, seler, pietruszka, ziemniaki, cebula) Śmietana18% Podudzie kurczaka pieczone w piecu konwekcyjno- parowym Kasza bulgur100g Sur. marchewka z groszkiem50g Kompot wieloowocowy 150ml (1,7,9)	Deser mleczno- czekoladowy150g Żurawina Herbata malina125ml (7)
09.12.2025r. Wtorek	Chłka pszenna35g Masło7g Dżem truskawkowy20g Marchewka do pochrupania20g Płatki kukurydziane na mleku150ml Herbata malinowa125ml (1,7)	Zupa ziemniaczana250ml na wywarze mięсно- warzywnym(marchew, por, seler, cebula, pietruszka, ziemniaki) Śmietana18% Jajko sadzone smażone w piecu konwekcyjno- parowym Ziemniaki100g Sur. z fasolki szparagowej50g Kompot wieloowocowy150ml (1,3,7,9)	Wafel knoppers Jabłko1 szt. Kawa inka na mleku125ml (7)
10.12.2025r. Środa	Chleb pszenny, Chleb żytni35g Masło7g Kiełbasa szynkowa wieprzowa20g Pomidor20g Kawa inka na mleku150ml (1,6,7)	Zupa szczawiowa z jajkiem250ml na wywarze wieprzowo- warzywnym (marchew, por, seler, pietruszka, ziemniaki, cebula, szczaw) Śmietana18% Łazanki z kiszonej kapusty kiełbasa130g Kompot wieloowocowy150ml (1,7,9)	Kulka serowa 1 szt. Jabłko1 szt. Mleko125ml (1,7)
11.12.2025r. Czwartek	Chleb pszenny, Chleb żytni35g Masło7g Szyńka z piersi kurczaka20g Ogórek zielony20g150ml (1,7)	Rosół z makaronem250ml na wywarze drobiowo- warzywnym (seler, por, pietruszka, cebula, marchewka) Filet z piersi kurczaka50g w panierce smażony w piecu konwekcyjno- parowym Ziemniaki100g Sur. z buraczków50g Kompot truskawkowy150ml (1,3,7,9)	Babka cytrynowa40g Banan 100 g Kakao125ml (1,3,7)
12.12.2025r. Piątek	Chleb pszenny Chleb żytni35g Masło7g Pasta rybna 20g Ogórek kiszony20g Herbata owocowa150ml (1,3,4,7)	Zupa kalafiorowa250ml na wywarze drobiowo- warzywnym Śmietana18% (seler, por, pietruszka, cebula, marchewka) Bułka na parze z sosem jogurtowo- waniliowym Kompot wieloowocowy150ml (1,3,7,9)	Serek homogenizowany100g Chrupki kukurydziane pałki 3 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,