

JADŁOSPIS W DNIACH 22.12.2025 – 23.12.2025r.

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

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

Data	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
22.12.2025r. Poniedziałek	Rogal pszenny35g Masło7g Dżem truskawkowy20g Płatki śniadaniowe miodokółka na mleku150g Marchewka do pochrupania20g Herbata owocowa125ml (1,3,7)	Barszcz czerwony250ml na wywarze drobiowo - warzywnym (marchew, por, seler, pietruszka, ziemniaki, cebula) Śmietana18% Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamonem130g Kompot wieloowocowy 150ml (1,7,9)	Serek Darek 150g Mandarynka 1 szt. Herbata malina125ml (7)
23.12.2025r. Wtorek	Chleb pszenny, chleb żytni 35g Masło7g Parówka z szynki1 szt. Ketchup Pomidor20g Kawa inka na mleku150ml (1,7)	Zupa pomidorowa z makaronem250ml na wywarze drobiowo- warzywnym(marchew. por, seler, pietruszką, cebula) Szynka w sosie własnym130g Kasza gryczana100g Ogórek kiszony50g Kompot wieloowocowy150ml (1,3,7,9)	Wafelek knoppers 1 szt. Banan100g Mleko125ml (1,7,8)
Środa			
Czwartek			
Piątek			

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,