

JADŁOSPIS W DNIACH 02.02-06.02.2026 r.

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

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

Data	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
Poniedziałek 02.02.2026r.	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło7g Ser żółty20g Ogórek kiszony20g Herbata z cytryną 150g (1,7)	Zupa wiejska250ml na wywarze drobiowo- warzywnym.(marchew, por, seler, pietruszka, cebula) Paluszki rybne3 szt. smażone w piecu konwekcyjno- parowym. Ziemniaki100g Sur. z kapusty kiszonej50g Kompot wieloowocowy150 ml (1,3,4, 9)	Serek homogenizowany120g Mandarynka1 szt. (7)
Wtorek 03.02.2026r.	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło7g Kiełbasa szynkowa20g Papryka czerwona20g Kawa inka na mleku150ml (1,7)	Zupa jarzynowa 250ml (marchew, por, seler, koperek, groszek, kalafior, brukselka, ziemniaki, pietruszka, cebula) na wywarze drobiowo-warzywnym Śmietana18% Placki ziemniaczane 3 szt. z cukrem. Sur. Marchewka z jabłkiem50g Kompot wieloowocowy150ml (1,3,7,9)	Wafel knoppers1 szt. Jabłko 1 szt. Kakao125ml (1,5,7)
Środa 04.02.2026r.	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło7g Szynka z piersi kurczaka20g Ogórek zielony, Sałata masłowa20g Kakao 150ml (1,7)	Krupnik z kaszą jęczmienną250ml na wywarze drobiowo- warzywnym. (ziemniaki, marchew, por, seler, pietruszka, cebula) Kotlet pożarski50g smażony w piecu konwekcyjno- parowym Ziemniaki100g Sur, z buraczków 50g Kompot wieloowocowy150ml (1,3,7,9)	Kulki serowe1 szt. Banan100g Kawa inka na mleku125ml (1,3,7)
Czwartek 05.02.2026r.	Rogal pszenny40g Masło7g Dżem wiśniowy20g Płatki kukurydziane na mleku150g Marchewka do pochrupania Herbata owocowa 150ml (1,7)	Zupa ogórkowa250ml (marchew, por, seler, pietruszka, cebula) na wywarze drobiowo-warzywnym. Śmietana10% Gulasz z szynki wieprzowej130g Bułka na parze1 szt. Sur. Colesław50g Kompot wieloowocowy150ml (1,7,9)	Ciasto czekoladowo-orzechowe40g Kiwi1 szt. Mleko125ml (1,3,5,7)
Piątek 06.02.2026r.	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło7g Pasta z jaj20g Pomidor20g Herbata owocowa 150ml (1,3,7)	Zupa fasolowa250ml na wywarze wieprzowo- warzywnym (marchew, por, seler, pietruszka, cebula, fasola Jaś, ziemniaki) Makaron z białym serem130g Kompot wieloowocowy150ml (1,3,7,9)	Deser monte150g Mandarynka 1 szt. Herbata truskawkowa125ml (5,7)

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,