

JADŁOSPIS W DNIACH 16.02-20.02.2026r.

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 16.02.2026r.	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło 7g Paszтет drobiowy20g Ogórek kiszony20g Kawa inka na mleku150ml (1,7)	Zupa pomidorowa z makaronem250ml na wywarze drobiowo – warzywnym (marchew, por, seler, pietruszka, cebula) Śmietana18% Ryż zapiekany z jabłkiem130g Kompot wieloowocowy150ml (1,3,7,9)	Serek homogenizowany120g Chrupki pałki kukurydziane 3 szt. Herbata owocowa125ml (7)
Wtorek 17.02.2026r.	Chąłka pszenna35g Masło 7g Dżem truskawkowy20g Marchewka20g Płatki kukurydziane na mleku150ml (1,3,7) Herbata owocowa 125ml	Zupa wiejska250ml(marchew, por, ziemniaki, seler, pietruszka, cebula, koperek) na wywarze drobiowo-warzywnym Kotlet mielony z dorsza50g smażony w piecu konwekcyjno- parowym. Ziemniaki100g Sur. z kiszonej kapusty50g Kompot wiśniowy150ml (1,3,4,7,9)	Jogurt truskawkowy125g Jabłko1szt. Herbata z czarnej porzeczki150ml (1,7)
Środa 18.02.2026r.	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło7g Kiełbasa szynkowa wieprzowa20g Pomidor, szczypiorek20g Kakao150ml (1,7)	Barszcz ukraiński250ml(marchew, por, seler, pietruszka, ziemniaki, fasolka Jaś, biała kapusta, burak ćwikłowy) na wywarze drobiowo-warzywnym. Śmietana18% Bułka na parze2szt. z sosem waniliowo-jogurtowym45g Kompot wieloowocowy150ml (1,3,7,9)	Kulki serowe1szt. Mandarynka 1szt. Herbata malinowa125ml (1,3,7)
Czwartek 19.02.2026r.	Chleb pszenny, Chleb żytni35g Masło7g Szynka z piersi kurczaka20g Ogórek zielony20g Kawa inka na mleku 150ml(1,7)	Zupa ziemniaczana250ml (marchew, por, seler, koperek, pietruszka, cebula,) na wywarze drobiowo-warzywnym Śmietana18% Kotlet pożarski50g smażony w piecu konwekcyjno- parowym Kasza bulgur100g Sur. z czerwonej kapusty50g Kompot śliwkowy150ml(1,3,7,9)	Babka cytrynowa40g Banan100g Mleko125ml(1,3,7)
Piątek 20.02.2026r.	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło7g Ser żółty20g Papryka czerwona20g Herbata owocowa 150ml (1,7)	Zupa szczawiowa z jajkiem250ml (marchew, ziemniaki, por, seler, pietruszka, cebula)na wywarze drobiowo- warzywnym Śmietana18% Spaghetti bolognese100/130g Kompot truskawkowy150ml (1,3,7,9)	Jogurt owocowy 150g Kiwi 1szt. Herbata owocowa125ml (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,