

JADŁOSPIS W DNIACH 23.02-27.02.2026r.

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 23.02.2026r.	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło 7g Twarożek20g Papryka czerwona20g Herbata z cytryną150ml (1,7)	Zupa ogórkowa 250ml na wywarze drobiowo – warzywnym (marchew, ogórek kiszony, por, seler, pietruszka, cebula, ziemniaki) Śmietana18% Racuchy z jabłkiem i bananem3szt. Kompot wieloowocowy150ml (1,3,7,9)	Mus owocowy120g Chrupki pałki kukurydziane 3 szt. Kawa inka na mleku125ml (7)
Wtorek 24.02.2026r.	Chąłka pszenna35g Masło 7g Dżem wiśniowy20g Marchewka20g Płatki kukurydziane na mleku150ml (1,3,7) Herbata owocowa 125ml	Zupa kalafiorowa250ml(marchew, por, ziemniaki, seler, pietruszka, cebula, kalafior) na wywarze drobiowo- warzywnym Śmietana18% Gulasz z szynki wieprzowej130g Kasza jęczmienna100g Sur. z buraczków 50g Kompot wiśniowy150ml (1,7,9)	Herbatniki50g Jabłko1szt. Kakao125ml (1,7)
Środa 25.02.2026r.	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło7g Parówka na ciepło 1 szt. Ketchup Pomidor, rzodkiewka 20g Kakao150ml (1,7)	Zupa rosółowa z ryżem250ml (marchew, por, seler, pietruszka) na wywarze drobiowo-warzywnym. Jajko sadzone1 szt. Ziemniaki pieczone100g Sur. z fasolki szparagowej50g Kompot truskawkowy150ml (1,3,7,9)	Kulka serowa 1 szt. Mandarynka 1szt. Herbata malinowa125ml (1,3,7)
Czwartek 26.02.2026r.	Chleb pszenny, Chleb żytni35g Masło7g Szynka z piersi kurczaka20g Ogórek zielony20g Kawa inka na mleku 150ml(1,7)	Zupa 250ml (marchew, por, seler, koperek, pietruszka, cebula, fasolka szparagowa) na wywarze drobiowo- warzywnym Śmietana18% Pierogi ruskie 3 szt. z cebulką Sur. z białej kapusty50g Kompot śliwkowy150ml(1,3,7,9)	Ciasto czekoladowo- orzechowe40g Banan100g Mleko125ml(1,3,7,8)
Piątek 27.02.2026r.	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło7g Past rybna20g Papryka czerwona20g Kakao150ml (1,3,4,7)	Kapuśniak z kiszonej kapusty 250ml (marchew, ziemniaki, por, seler, pietruszką, cebula, kiszona kapusta) na wywarze wieprzowo- warzywnym Kotlet z piersi kurczaka50g smażony w piecu konwekcyjno- parowym Ziemniaki 100g Sur. marchewka mini50g gotowana na parze. Kompot truskawkowy150ml(1,7,9)	Jogurt owocowy 150g Kiwi 1szt. Herbata owocowa125ml (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,