

JADŁOSPIS W DNIACH 02.03-06.03.2026r.

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 02.03.2026r.	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło 7g Szynka drobiowa20g Ogórek kiszony20g Herbata z cytryną150ml (1,7)	Krupnik z kaszą jęczmienną250ml na wywarze drobiowo – warzywnym (marchew, por, seler, pietruszka, cebula, ziemniaki) Naleśnik z białym serem 1 szt. Kompot wieloowocowy150ml (1,3,7,9)	Serek homogenizowany125g Chrupki pałki kukurydziane 3 szt. Rodzynki Herbata malinowa125ml (7)
Wtorek 03.03.2026r.	Chąłka pszenna35g Masło 7g Dżem truskawkowy 20g Marchewka20g Płatki kukurydziane na mleku150ml (1,3,7) Herbata owocowa 125ml	Zupa pomidorowa z makaronem250ml (marchew, por, seler, pietruszka, cebula) na wywarze drobiowo- warzywnym Śmietana18% Podudzie kurczaka 1szt. pieczone w piecu konwekcyjno- parowym Ziemniaki100g Sur. marchewka z jabłkiem50g Kompot wiśniowy150ml (1,7,9)	Wafel knoppers Mandarynka1 szt. Mleko125ml (1,7)
Środa 04.03.2026r.	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło7g Kiełbasa szynkowa wieprzowa 20g Pomidor 20g Kakao150ml (1,7)	Zupa jarzynowa250ml (marchew, por, seler, pietruszka, kalafior, brukselka, grosek, ziemniaki) na wywarze drobiowo-warzywnym. Śmietana18% Paluszki rybne3 szt. Ziemniaki 100g Sur. Colesław50g Kompot truskawkowy150ml (1,3,4,7,9)	Kulka serowa 1 szt. Jabłko1szt. Kawa inka na mleku125ml (1,3,7)
Czwartek 05.03.2026r.	Bułka pszenna50g Masło7g Ser żółty20g Ogórek zielony20g Herbata malinowa 150ml (1,7)	Barszcz biały z jajkiem i kiełbasą 250ml (marchew, por, seler, ziemniaki, pietruszką, cebulą) na wywarze drobiowo-warzywnym Śmietana18% Makaron z warzywami130g(groszek cukrowy, brokuł, kukurydza) Z sosem jogurtowo- czosnkowym Kompot śliwkowy150ml (1,3,7,9)	Babka cytrynowa40g Banan100g Mleko125ml (1,3,7)
Piątek 06.03.2026r.	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło7g Polędwica drobiowa20g Papryka czerwona20g Kakao150ml (1,3,4,7)	Rosół z makaronem 250ml (marchew, ziemniaki, por, seler, pietruszka, cebula) na wywarze drobiowo - warzywnym Kotlet mielony wieprzowy50g smażony w piecu konwekcyjno- parowym Ziemniaki 100g Sur. z buraczków50g Kompot truskawkowy150ml (1,3,7,9)	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,