

JADŁOSPIS W DNIACH 13.04-17.04.2026r.

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 13.04.2026r.	Chleb pszenny, chleb żytni 35g Masło 7g Parówka z cielęciny na ciepło 1 szt. Ketchup Papryka czerwona 20g Kawa inka na mleku 150ml (1,7)	Zupa wiejska 250ml na wywarze drobiowo-warzywnym. (marchew, por, seler, pietruszka, cebula, ziemniaki) Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamonem 130g Kompot wieloowocowy 150ml (1,3,7,9)	Jogurt owocowy 125ml Chrupki kukurydziane pałki 3 szt. Herbata owocowa 125ml (7)
Wtorek 14.04.2026r.	Chleb pszenny, chleb żytni 35g Masło 7g Szynka z piersi kurczaka 20g Papryka czerwona 20g Kakao 150ml (1,6,7)	Zupa zabelana z fasolką 250ml na wywarze drobiowo-warzywnym (marchew, fasolka szparagowa, por, seler, pietruszka, cebula, ziemniaki) Śmietana 18% Paluszki rybne 50g smażone w piecu konwekcyjnym Ziemniaki 100g Sur. z kiszanej kapusty 50g Kompot wieloowocowy 150ml (1,3,4,7,9)	Herbatniki 50g Jabłko 1 szt. Herbata malinowa 125ml (1,3)
Środa 15.04.2026r.	Rogal pszenny 35g Masło 7g Dżem truskawkowy 20g Marchewka 20g Płatki kukurydziane na mleku 150ml Herbata truskawkowa 125ml (1,3,7)	Zupa pomidorowa z makaronem 250ml (marchew, por, seler, pietruszka) na wywarze drobiowo-warzywnym. Śmietana 18% Kotlet drobiowy siekany 50g pieczony w piecu konwekcyjnym Ziemniaki 100g Sur. czerwona kapusta z marchewką 50g Kompot truskawkowy 150ml (1,7,9)	Kulki serowe 1 szt. Mandarynka 1 szt. Kawa inka na mleku 125ml (1,3,7)
Czwartek 16.04.2026r.	Chleb pszenny, Chleb żytni 35g Masło 7g Kiełbasa szynkowa 20g Ogórek zielony 20g Kawa inka na mleku 150ml (1,7)	Zupa szczawiowa z jajkiem 250ml (marchew, por, seler, koperek, szczaw, ziemniaki, pietruszka, cebula) na wywarze drobiowo-warzywnym Śmietana 18% Pierogi ruskie z cebulką 3 szt. Sur. z białej kapusty 50g Kompot śliwkowy 150ml (1,3,7,9)	Babka cytrynowa 40g Banan 100g Mleko 125ml (1,3,7)
Piątek 17.04.2026r.	Chleb pszenny, chleb żytni 35g Masło 7g Pasta 20g Pomidor 20g Kakao 150ml (1,3,4,7)	Kapuśniak z kiszanej kapusty 250ml (marchew, ziemniaki, por, seler, pietruszka, cebula, kiszona kapusta) na wywarze wieprzowo-warzywnym Potrawka z kurczaka 130g Ziemniaki 100g Sur. z buraczków 50g Kompot truskawkowy 150ml (1,7,9)	Serek homogenizowany 120g Kiwi 1 szt. Herbata owocowa 125ml (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,