

JADŁOSPIS W DNIACH 11.05-15.05.2026r.

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 11.05.2026r.	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło7g Serek śmietankowy 20g Papryka czerwona 20g Herbata malinowa150ml 1,7	Krupnik z kaszą jęczmienną na wywarze drobiowo - warzywnym. (por, seler, pietruszka, cebula, marchew, ziemniaki) Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamonem130g Śmietana18% Kompot wieloowocowy150ml 1,7,9	Serek homogenizowany 125g Herbata owocowa125ml 7
Wtorek 12.05.2026r.	Rogal pszenny40g Masło 7g Dżem wiśniowy20g Marchewka do pochrupania20g Płatki kukurydziane na mleku150ml Herbata z czarnej porzeczki125ml (1,7)	Zupa z fasolką szparagową250ml na wywarze drobiowo – warzywnym (marchew, fasolka szparagowa, por, seler, pietruszka, cebula, ziemniaki) Śmietana18% Paluszki rybne3 szt. smażone w piecu konwekcyjnym Ziemniaki100g Sur. z kiszanej kapusty 50g Kompot wieloowocowy150ml (1,4,7,9)	Herbatniki50g Jabłko1 szt. Kawa inka na mleku125ml (1,7)
Środa 13.05.2026r.	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło7g Kiełbasa szynkowa wieprzowa20g Pomidor 20g Kawa inka na mleku150ml (1,6,7)	Zupa szczawiowa z jajkiem250ml (marchew, por, seler, pietruszka, cebula, koper, szczaw) na wywarze drobiowo-warzywnym. (Śmietana18%) Naleśnik z serem1 szt. Kompot wieloowocowy150ml (1,3,7,9)	Kulka serowa1 szt. Mandarynka Herbata cytrynowa 125ml (1,3,7)
Czwartek 14.05.2026r.	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło7g Szynka drobiowa 20g Ogórek zielony20g Kakao150ml (1,6,7)	Zupa rosółowa z ryżem250ml (marchew, por, seler, pietruszka, cebula) na wywarze drobiowo- warzywnym Podudzie kurczaka1 szt. pieczone w piecu konwekcyjnym Ziemniaki100g Sur. z buraczków 50g Kompot wieloowocowy150ml (1,7,9)	Ciasto czekoladowo- orzechowe40g Banan100g Mleko125ml (1,3,5,7)
Piątek 15.05.2026r.	Bułka pszenna40g Masło7g Pasta z jaj20g Papryka czerwona20g Kakao150ml (1,3,7)	Zupa wiejska250ml(ziemniaki, marchew, por, seler, pietruszka, cebula) na wywarze drobiowo- warzywnym Pulpet w sosie pomidorowym50/80g Ziemniaki100g Sur. z białej rzodkiewki50g Kompot wieloowocowy150ml (1,3,7,9)	Jogurt owocowy125g Chrupki kukurydziane pałki 3 szt. Żurawina Herbata z czarnej porzeczki125ml (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,