

## JADŁOSPIS W DNIACH 18.05-22.05.2026r.

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 18.05.2026r.	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło7g Parówka z cielęciny 1 szt. Ogórek kiszony20g Herbata malinowa150ml <b>1,7</b>	Zupa jarzynowa na wywarze drobiowo - warzywnym.Śmietana <b>18%</b> ( por, seler, pietruszka, cebula, brokuł, groszek, kalafior, brukselka, marchew, ziemniaki) Makaron z białym serem130g Kompot wieloowocowy150ml <b>1,3,7,9</b>	Serek homogenizowany 125g Jabłko Herbata owocowa125ml <b>7</b>
Wtorek 19.05.2026r.	Chąłka pszenn35g Masło 7g Dżem truskawkowy20g Marchewka do pochrupania20g Płatki owsiane na mleku150ml Herbata z czarnej porzeczki125ml <b>(1,3,7)</b>	Zupa ziemniaczana250ml na wywarze drobiowo – warzywnym (marchew, por, seler, pietruszka, cebula, ziemniaki) Śmietana <b>18%</b> Pulpet wieprzowy w sosie pomidorowym50/80g Ziemniaki100g Sur. z czerwonej kapusty50g Kompot wieloowocowy150ml <b>(1,3,7,9)</b>	Wafel knoppers Mandarynka Kawa inka na mleku125ml <b>(1,7)</b>
Środa 20.05.2026r.	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło7g Ser żółty20g Pomidor 20g Herbata owocowa150ml <b>(1,7)</b>	Zupa ogórkowa250ml (marchew, por, seler, pietruszka, cebula, koper, ogórek kiszony) na wywarze drobiowo-warzywnym. <b>(Śmietana18%)</b> Makaron z warzywami130g(brokuł, kukurydza, seler, papryka, groszek) Kompot wieloowocowy150ml <b>(1,3,7,9)</b>	Kulka serowa1 szt. Jabłko1szt. Kakao125ml <b>(1,3,7)</b>
Czwartek 21.05.2026r.	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło7g Szynka z piersi kurczaka20g Ogórek zielony20g Herbata owocowa150ml <b>(1,7)</b>	Zupa pomidorowa z makaronem250ml (marchew, por, seler, pietruszka, cebula) na wywarze drobiowo- warzywnym Schab w sosie własnym50/80g pieczony w piecu konwekcyjnym Kasza jęczmienna100g Sur. z kiszonych ogórków i marchewki50g Kompot wieloowocowy150ml <b>(1,3,7,9)</b>	Babka cytrynowa40g Banan100g Mleko125ml <b>(1,3,7)</b>
Piątek 22.05.2026r.	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło7g Pasta rybna20g Papryka czerwona20g Kakao150ml <b>(1,3,4,7)</b>	Barszcz biały z jajkiem250ml (ziemniaki, marchew, por, seler, pietruszka, cebula) na wywarze wieprzowo- warzywnym Racuchy z jabłkiem i bananem2szt. Kompot wieloowocowy150ml <b>(1,3,9)</b>	Jogurt owocowy125g Chrupki kukurydziane pałki 3 szt. Żurawina Herbata z czarnej porzeczki125ml <b>(7)</b>

**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,