

## JADŁOSPIS W DNIACH 25.05-29.05.2026r.

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 25.05.2026r.	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło7g Paszтет drobiowy20g Ogórek kiszony20g Kawa inka na mleku150ml <b>1,7</b>	Krupnik z kaszą jęczmienną na wywarze drobiowo - warzywnym. ( por, seler, pietruszka, marchew, ziemniaki) Spaghetti bolognese100/130g Kompot wieloowocowy150ml <b>1,3,7,9</b>	Serek homogenizowany 125g Jabłko1 szt. Herbata owocowa125ml <b>7</b>
Wtorek 26.05.2026r.	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło 7g Szynka drobiowa20g Pomidor20g Kakao125ml <b>(1,3,6,7)</b>	Zupa koperkowa250ml na wywarze drobiowo – warzywnym (marchew, por, seler, pietruszka, cebula, ziemniaki) <b>Śmietana18%</b> Kotlet mielony z dorsza50g Ziemniaki100g Sur. z kiszonej kapusty50g Kompot wieloowocowy150ml <b>(1,3,4,7,9)</b>	Herbatniki50g Mandarynka Kawa inka na mleku125ml <b>(1,7)</b>
Środa 27.05.2026r.	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło7g Ser żółty20g Ogórek zielony, sałata masłowa 20g Herbata owocowa150ml <b>(1,7)</b>	Rosół z makaronem250ml (marchew, por, seler, pietruszka, cebula, koper, ) na wywarze drobiowo- warzywnym. Kotlet pożarski50g Ziemniaki100g Sur, z buraczków50g Kompot wieloowocowy150ml <b>(1,3,7,9)</b>	Kulka serowa1 szt. Jabłko1szt. Kakao125ml <b>(1,3,7)</b>
Czwartek 28.05.2026r.	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło7g Polędwica drobiowa 20g Papryka czerwona20g Kawa inka na mleku150ml <b>(1,6,7)</b>	Barszcz czerwony250ml (marchew, por, seler, pietruszka, cebula, burak ćwikłowy) na wywarze drobiowo- warzywnym Pierogi ruskie 3 szt. Sur. z czerwonej kapusty50g Kompot wieloowocowy150ml <b>(1,3,7,9)</b>	Ciasto czekoladowe40g Banan100g Mleko125ml <b>(1,3,5,7)</b>
Piątek 29.05.2026r.	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło7g Szynka wieprzowa 20g Pomidor koktajlowy, szczypior20g Kakao150ml <b>(1,3,7)</b>	Zupa grochowa250ml(ziemniaki, marchew, por, seler, pietruszka, cebula, groch połówki) na wywarze wieprzowo- warzywnym Ryż z jabłkiem130g Kompot wieloowocowy150ml <b>(1,7,9)</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,