

JADŁOSPIS W DNIACH 08.06-12.06.2026r.

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 08.06.2026r.	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło7g Serek twarogowy 20g Pomidor malinowy20g Herbata owocowa150ml 1,7	Zupa pomidorowa z makaronem250ml na wywarze drobiowo - warzywnym. (por, seler, pietruszka, marchew,) Śmietana18% Ziemniaki 100g Potrawka z kurczaka z warzywami130g(marchew, por, groszek zielony, seler, pietruszka) Kompot wieloowocowy150ml 1,3,7,9	Jogurt owocowy 125g Jabłko1 szt. Herbata owocowa125ml 7
Wtorek 09.06.2026r.	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło 7g Szynka z piersi kurczaka20g Ogórek kiszony20g Kakao150ml (1,6,7)	Zupa ziemniaczana250ml na wywarze drobiowo – warzywnym (marchew, por, seler, pietruszka, cebula, ziemniaki) Śmietana18% Kotlet mielony50g wieprzowy smażony w piecu konwekcyjnym Kasza bulgur100g Sur. z buraczków50g Kompot wieloowocowy150ml (1,3,7,9)	Herbatniki50g Arbuz150g Kawa inka na mleku125ml (1,7)
Środa 10.06.2026r.	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło7g Kiełbasa żywiecka z indyka20g Ogórek zielony 20g Kawa inka na mleku150ml (1,7)	Zupa jarzynowa 250ml (marchew, por, seler, pietruszka, cebula, koper, kalafior, fasolka szparagowa, brukselka, groszek) na wywarze drobiowo-warzywnym. Śmietana18% Makaron z sosem śmietanowo- truskawkowym100/80g Kompot wieloowocowy150ml (1,3,7,9)	Wafelek Grzesiek Żurawina Herbata owocowa125ml (1,7)
Czwartek 11.06.2026r.	Rogal pszenny40g Masło7g Dżem wiśniowy20g Płatki kukurydziane na mleku150ml Marchewka do pochrupania20g Herbata malinowa125ml (1,3,7)	Barszcz ukraiński250ml na wywarze drobiowo – warzywnym (marchew, por, seler, pietruszka, fasola Jaś, ziemniaki) Śmietana18% Ziemniaki100g Kiełbasa pieczona50g w piecu konwekcyjnym Ziemniaki100g Sur. Colesław50g Kompot wieloowocowy150ml 1,7,9	Babka czekoladowo – waniliowa40g Banan100g Mleko125ml (1,3,7)
Piątek 12.06.2026r.	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło7g Pasta rybna20g Papryka czerwona20g Kakao150ml (1,3,4,7)	Zupa ogórkowa250ml na wywarze drobiowo – warzywnym (marchew, por, seler, pietruszka, ogórek kiszony) Śmietana18% Kluski śląskie 3 szt. Sos pieczarkowy80g Kompot wieloowocowy150ml (1,3,7,9)	Jogurt owocowy122g Jabłko1 szt. 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,