

JADŁOSPIS W DNIACH 22.06 - 26.06.2026r.

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 22.06.2026r.	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło7g Ser żółty20g Ogórek kiszony20g Herbata malinowa150ml (1,7)	Rosół z makaronem250ml na wywarze drobiowo - warzywnym. (por, seler, pietruszka, marchew) Łazanki z kiszona kapustą i kiełbasą130g Kompot wieloowocowy150ml (1,6,9)	Serek homogenizowany 150g Żurawina Chrupki pałki kukurydziane 3 szt. Herbata owocowa125ml (7)
Wtorek 23.06.2026r.	Chąłka pszenna40g Masło7g Dżem wiśniowy20g Płatki owsiane na mleku150ml Marchewka do pochrupania 20g Herbata malinowa125ml (1,3,7)	Zupa brokułowa250ml na wywarze drobiowo – warzywnym (marchew, por, seler, pietruszka, cebula, brokuł ziemniaki) Śmietana18% Kotlet pożarski 50g smażony w piecu konwekcyjnym Kasza bulgur100g Sur. marchewka mini50g Kompot wieloowocowy150ml (1,3,7,9)	Wafelek knoppers Nektarynka 1 szt. Kawa inka na mleku125ml (1,7,8)
Środa 24.06.2026r.	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło7g Twarożek20g Ogórek zielony20g Herbata owocowa150ml (1,7)	Zupa pomidorowa z ryżem 250ml (marchew, por, seler, pietruszka, cebula, koper) na wywarze drobiowo- warzywnym. Śmietana18% Kluski 2szt. gotowane na parze z sosem śmietanowo - waniliowym Kompot wieloowocowy150ml (1,3,7,9)	Kulka serowa 1 szt. Jabłko 1 szt. Herbata owocowa125ml (1,3,7)
Czwartek 25.06.2026r.	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło7g Polędwica drobiowa20g Pomidor20g Kakao150ml (1,7)	Zupa szczawiowa z jajkiem250ml na wywarze drobiowo – warzywnym (marchew, por, seler, pietruszka, szczaw, ziemniaki) Śmietana18% Makaron z serem130g Banan100g Kompot wieloowocowy150ml (1,9)	Ciasto czekoladowo - orzechowe40g Sok jabłkowy 200ml ze słomką (1,3,7)
Piątek 26.06.2026r.	Chleb pszenny, chleb żytni35g Masło7g Pasta z rybną20g Papryka czerwona20g Kawa inka na mleku150ml (1,3,4,7)	Zupa z fasolką szparagową250ml na wywarze drobiowo – warzywnym (marchew, por, seler, pietruszka,) Śmietana18% Gulasz z szynki wieprzowej130g Kasza jęczmienna100g Sur. z białej kapusty50g Kompot wieloowocowy150ml (1,7,9)	Jogurt owocowy125g Arbuz40g 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,