

JADŁOSPIS 29.5-2.6.2023 r.



(75% codziennego zapotrzebowania dla dzieci w wieku przedszkolnym wynosi 1050 kcal).

POSIŁEK rozkład procentowy	PONIEDZIAŁEK 29.5.2023 r.	WTOREK 30.5.2023 r.	ŚRODA 31.5.2023 r.	CZWARTEK 1.6.2023 r. DZIEŃ DZIECKA	PIĄTEK 2.6.2023 r.
SNIADANIE (ok. 25-30% 350-420 kcal) I TURA godz. 8:30 II TURA godz. 9:00	Pieczywo mieszane (50g) z masłem (5g), mix wędlin (25g), mix warzyw (30g). Kakao (150g). Jabłko (100g). Alergeny: gluten, nabiał.	Jaglanka na mleku (140g). Pieczywo żytnie (25g) z masłem (3g), połędwica (25g), mix warzyw (15g). Herbata/Woda (150g). Gruszka (100g). Alergeny: gluten, nabiał.	Pieczywo pszenne (50g) z masłem (5g), pasztet, ser żółty (po 15g) mix warzyw (30g). Bawarka (150g). Winogrono (100g). Alergeny: gluten, jajo, nabiał.	Płatki wielozbożowe z mlekiem (140g), Pieczywo razowe (25g) z masłem (3g), połędwica (15g), mix warzyw (15g). Herbata/Woda (150g). Ananas (100g). Alergeny: gluten, jajo, nabiał.	Pieczywo mieszane (50g) z masłem (5g), szynka wieprzowa, ser topiony (po 15g), mix warzyw (30g). Kawa zbożowa (150g). Jabłko (100g). Alergeny: gluten, nabiał.
OBIAD (ok. 30-35% 420-490 kcal) I TURA godz. 11:30/12:00 II TURA godz. 12:30	Kluski leniwe z serem, masłem i cynamonem (180g), jogurt naturalny (20g), sałatka owocowa (100g). Herbata ziołowa (150g). Alergeny: gluten, jajo, nabiał.	Spaghetti (120g) z cielęciną (70g), sosem warzywno-pomidorowym (50g) i żółtym serem (10g) sałata lodowa z ogórkiem i jogurtem (40g). Sok owocowy (150g). Al: gluten, nabiał, seler.	Udko pieczone (100g), ziemniaki (120g), bukiet jarzyn gotowanych (50g), mix sałat z warzywami i winegretem (50g). Kompot (150g). Alergeny: brak.	Nuggetsy z piersi kurczaka (80g), frytki (120g), mix warzyw do chrupania (60g), keczup (20g). Sok owocowy (150g). Alergeny: gluten, jajo, nabiał, seler.	Kotlet jajeczny (80g) kaszotto z warzywami (160g), surówka z kalarepy z warzywami (60g). Kompot (150g). Alergeny: gluten, jajo, nabiał.
PODWIECZOREK (ok. 15-20% 210-280 kcal) I TURA godz. 14:30/15:00 II TURA godz. 15:30	Krupnik z ziemniakami (200g). Herbatniki maślane (30g) Herbata/Woda (200g). Alergeny: gluten, jajo, nabiał, seler.	Kukurydza parowana (100g), pieczywo chrupkie (20g) z masłem (5g) i żółtym serem (20g). Napój imbirowy (250g). Alergeny: gluten, nabiał.	Rogaliki drożdżowe z nadzieniem budyniowym (80g). Banan (100g). Sok w kartoniku (100g). Alergeny: gluten, jajo, nabiał.	Galaretkę z owocami (150g) bita śmietana z mascarpone i wanilią (30g), mix posypek (10g). Herbata owocowa (150g). Alergeny: gluten, nabiał.	Zupa pomidorowa z ryżem (200g). Kabanosy (30g). Herbata/Woda (150g). Alergeny: gluten, nabiał, seler.

Dyrektor zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.

Sporządził:

Walczak Katarzyna

Zatwierdził:

