

JADŁOSPIS 14-18.4.2025 r.

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



POSILEK rozkład procentowy	PONIEDZIAŁEK 14.4.2025 R.	WTOREK 15.4.2025 R.	ŚRODA 16.4.2025 R.	CZWARTEK 17.4.2025 R.	PIĄTEK 18.4.2025 R.
ŚNIADANIE (ok. 25-30% 350-420 kcal) godz. 9:00	Pieczywo mieszane (50g) z masłem (5g), szynka gotowana (30g), mix warzyw (30g). Kawa zbożowa (150g). Ananas (100g). Alergeny: gluten, nabiał.	Kasza manna na mleku (140g). Pieczywo wiejskie (25g) z masłem (3g), pasztet drobiowy (20g), mix warzyw (15g). Herbata/Woda (150g). Jabłko (100g). Alergeny: gluten, jajo, nabiał, seler.	BUFET WIELKANOCNY: Pieczywo mieszane (50g) z masłem (5g), jajko gotowane, twaróg, kabanosy (po 15g), mix warzyw (30g), Kakao (150g). Winogrono (100g). Alergeny: gluten, jajo, nabiał.	Mix płatków z mlekiem (140g). Pieczywo razowe (25g) z masłem (3g), połówka sopocka (20g), mix warzyw (15g). Herbata/Woda (150g). Gruszka (100g). Alergeny: gluten, nabiał.	Pieczywo pszenne (50g) z masłem (5g), ser żółty (30g), mix warzyw (30g). Bawarka (150g). Jabłko (100g). Alergeny: gluten, nabiał.
OBIAD (ok. 30-35% 420-490 kcal) godz. 12:00	Naleśniki z serem (170g) polewa jogurtowa z malinami (30g), surówka z marchwi i jabłka (60g). Sok owocowy (150g). Alergeny: gluten, jajo, nabiał.	Kotlet mielony (80g), ziemniaki (120g), buraczki na ciepło (50g), mizeria z jogurtem (60g). Kompot owocowy (150g). Alergeny: gluten, jajo, nabiał.	Spaghetti razowe (120g) z mięsem (60g), warzywami (40g), sosem pomidorowym (20g) i żółtym serem (10g), mix sałat z warzywami i jogurtem (60g). Sok owocowy (150g). Alerg.: gluten, nabiał, seler.	Gulasz drobiowy z warzywami (130g), kasza jagłana (120g), surówka z ogórka kiszzonego z warzywami (60g). Kompot owocowy (150g). Alergeny: brak.	Paluszki rybne (90g), risotto z warzywami (170g), surówka colesław z papryką i kukurydzą (60g). Herbata owocowa (150g). Alergeny: gluten, jajo, ryba.
PODWIECZOREK (ok. 15-20% 210-280 kcal) godz. 15:00	Zupa kapuśniak kiszony z ziemniakami (200g). Ciasteczka owsiane (30g). Herbata/Woda (150g). Alergeny: gluten, jajo, seler.	Tosty z szynką i żółtym serem (110g), keczup (20g), mix warzyw (20g). Dziki Sok Minionkowy – jabłko, mirabelka, marchew, cytryna (150g). Al.: gluten, nabiał, seler.	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami (200g). Herbatniki (16g). Herbata/Woda (150g). Alergeny: gluten, jajo, nabiał, seler.	Pudding ryżowy na mleku z wanilią (120g), banan (50g). Herbata/Woda (150g). Alergeny: nabiał.	Zupa krem z zielonego groszku z ziemniakami (200g). Grzanka czosnkowa (25g). Herbata/Woda (150g). Alergeny: gluten, jajo, nabiał, seler.

Dyrektor zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.

Sporządził: Walczak Katarzyna

Zatwierdził: Skwarka Anna