

JADŁOSPIS 21-25.4.2025 r.



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

POSILEK rozkład procentowy	PONIEDZIAŁEK 21.4.2025 R.	WTOREK 22.4.2025 R.	ŚRODA 23.4.2025 R.	CZWARTEK 24.4.2025 R. DZIEŃ ŚNIADANIA	PIĄTEK 25.4.2025 R.
ŚNIADANIE (ok. 25-30% 350-420 kcal) godz. 9:00	PONIEDZIAŁEK WIELKANOCNY	Ryż na mleku (140g). Pieczywo razowe (25g) z masłem (3g), kiełbasa żywiecka (20g), mix warzyw (15g). Herbata/Woda (150g). Jabłko (100g). Alergeny: gluten, nabiał.	Pieczywo mieszane (50g) z masłem (5g), ser żółty (25g), mix warzyw (30g). Bawarka (150g). Banan (100g). Alergeny: gluten, nabiał.	BUFET ŚNIADANIOWY: Pieczywo z ziarnami (50g) z masłem (5g), połędwica sopocka, pasztet drobiowy, pasta z makreli i jajka (po 15g), mix warzyw (30g). Kakao (150g). Gruszka (100g). Alerg.: gluten, jajo, ryba, nabiał.	Płatki czekoladowe z mlekiem (140g). Pieczywo graham (25g) z masłem (3g), schab pieczony (15g), mix warzyw (15g). Herbata/Woda (150g). Jabłko (100g). Alergeny: gluten, nabiał.
OBIAD (ok. 30-35% 420-490 kcal) godz. 12:00		Makaron razowy (120g) z zielonymi warzywami (50g) i łososiem (40g), surówka z pomidorków z mozzarellą, pestkami słonecznika i oliwą (60g). Herbata owocowa (150g). Alergeny: gluten, ryba, nabiał.	Klopsiki (80g) z sosem pomidorowym (30g), kasza jęczmienna (120g), kalafior gotowany (50g), surówka z kolorowych papryk i ogórka kiszzonego (60g). Kompot owocowy (150g). Alergeny: gluten, jajo, nabiał.	Kotlet z piersi kurczaka (80g), ziemniaki (120g), buraczki na ciepło (50g), mizeria z jogurtem (60g). Sok owocowy (150g). Alergeny: gluten, jajo, nabiał.	Kotlet jajeczny (70g), makaron minionkowy z sosem serowym (120g), brokuł gotowany (50g), surówka z kiszzonej kapusty (60g). Herbata owocowa (150g). Alergeny: gluten, jajo, nabiał.
PODWIECZOREK (ok. 15-20% 210-280 kcal) godz. 15:00		Bułka kajzerka (50g) z masłem (5g) i miodem (10g) Dziki Sok Elixir Elfów – jabłko, gruszka, czerwona porzeczka (150g). Alergeny: gluten, nabiał.	Zupa jarzynowa z ziemniakami (200g). Pieczywo chrupkie (30g). Herbata/Woda (150g). Alergeny: gluten, nabiał, seler.	Deser z kaszy manny z wanilią (120g), mus malinowy (30g), ciasteczko jaglane (20g). Herbata/Woda (150g). Alergeny: gluten, jajo, nabiał.	Zupa pomidorowa z ryżem (200g). Kabanosy drobiowo-wieprzowe (30g). Herbata/Woda (150g). Alergeny: gluten, nabiał, seler.

Dyrektor zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.

Sporządził: Walczak Katarzyna

Zatwierdził: Skwarka Anna