

JADŁOSPIS 28.4-2.5.2025 r.



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

POSIŁEK rozkład procentowy	PONIEDZIAŁEK 28.4.2025 R.	WTOREK 29.4.2025 R.	ŚRODA 30.4.2025 R.	CZWARTEK 1.5.2025 R.	PIĄTEK 2.5.2025 R.
ŚNIADANIE (ok. 25-30% 350-420 kcal) godz. 9:00	Pieczywo mieszane (50g) z masłem (5g), połędwica z kurczaka (30g), mix warzyw (30g). Kawa zbożowa (150g). Melon (100g). Alergeny: gluten, nabiał.	Płatki jęczmienne na mleku (140g). Pieczywo razowe (25g) z masłem (3g), ser żółty (20g), mix warzyw (15g). Herbata/Woda (150g). Banan (100g). Alergeny: gluten, nabiał.	Bułka pszenna (30g) z masłem (5g), parówka (60g), keczup (20g), mix warzyw (30g). Bawarka (150g). Jabłko (100g). Alergeny: gluten, nabiał, seler.	ŚWIĘTO PRACY	Płatki muesli z mlekiem (140g). Bułka kajzerka (25g) z masłem (5g), kiełbasa krakowska (20g), mix warzyw (20g). Herbata/Woda (150g). Jabłko (100g). Alergeny: gluten, nabiał, orzechy.
OBIAD (ok. 30-35% 420-490 kcal) godz. 12:00	Makaron (120g) z serem i jogurtem (60g) mus truskawkowy (50g), surówka z marchwi z orzechami (60g). Lemoniada cytrusowa (150g). Alergeny: gluten, nabiał, orzechy.	Kurczak z warzywami po sycuańsku (130g), ryż jaśminowy (120g), surówka z kiszanej kapusty (60g). Kompot owocowy (150g). Alergeny: brak.	Mintaj panierowany (90g), ziemniaki (120g), bukiet jarzyn gotowanych (50g) mix sałat z warzywami i jogurtem (60g). Kompot owocowy (150g). Alergeny: gluten, jajo, ryba, nabiał.		Łazanki (120g) z piersią indyka (70g), pieczarkami i kapustą kiszoną (50g), mizeria z jogurtem (50g). Kompot owocowy (150g). Alergeny: gluten, nabiał.
PODWIECZOREK (ok. 15-20% 210-280 kcal) godz. 15:00	Rosół z makaronem (200g). Baton z suszonych owoców (35g). Herbata/Woda (150g). Alergeny: gluten, nabiał, orzechy, seler.	Tortilla zapiekana z kurczakiem i warzywami (140g). Sok owocowy w kartoniku (200g). Alergeny: gluten, nabiał, seler.	Barszcz ukraiński z ziemniakami (200g). Paluszki Junior (30g). Herbata/Woda (150g). Alergeny: gluten, nabiał, seler.		Racuszki kukurydziane bananowe z cukrem pudrem (120g), mieszanka bakaliowa (40g). Mleko w kartoniku (200g). Alergeny: jajo, nabiał, orzechy.

Dyrektor zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.

Sporządził: Walczak Katarzyna

Zatwierdził: Skwarka Anna