

JADŁOSPIS 26-30.5.2025 r.

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



POSIŁEK rozkład procentowy	PONIEDZIAŁEK 26.5.2025 R.	WTOREK 27.5.2025 R.	ŚRODA 28.5.2025 R. DZIEŃ HAMBURGERA	CZWARTEK 29.5.2025 R.	PIĄTEK 30.5.2025 R. DZIEŃ SOKU
ŚNIADANIE (ok. 25-30% 350-420 kcal) godz. 9:00	Pieczyno mieszane (50g) z masłem (5g), schab pieczony (30g), mix warzyw (30g). Kawa zbożowa (150g). Melon (100g). Alergeny: gluten, nabiał.	Płatki orkiszowe na mleku (140g). Peczyno razowe (25g) z masłem (3g), twarożek ze szczypiorkiem (25g), mix warzyw (15g). Woda (150g). Jabłko (100g). Alergeny: gluten, nabiał.	Pieczyno mieszane (50g) z masłem (5g), pasztet drobiowy (30g), mix warzyw (30g). Kawa zbożowa (150g). Banan (100g). Alergeny: gluten, jajo, nabiał, seler.	Płatki wielozbożowe z mlekiem (140g). Peczyno żytnie (25g) z masłem (3g), kiełbasa żywiecka (20g), mix warzyw (15g). Woda (150g). Gruszka (100g). Alergeny: gluten, jajo, nabiał.	BUFET ŚNIADANIOWY: Peczyno z ziarnami (50g) z masłem (5g), ser żółty, polędwica sopočka, twarożek z konfiturą wiśniową (po 15g), mix warzyw (30g). Bawarka (150g). Jabłko (100g). Alergeny: gluten, nabiał.
OBIAD (ok. 30-35% 420-490 kcal) godz. 12:00	Makaron (120g) z serem i jogurtem (60g), mus truskawkowy (50g), surówka z marchwi z jabłkiem i orzechami (60g). Sok multiwit. (150g). Alergeny: gluten, nabiał, orzechy.	Gulasz drobiowy z warzywami (130g), kasza bulgur (120g), sałatka z buraczków z warzywami (60g). Kompot owocowy (150g). Alergeny: gluten.	Burger z mięsa mieszanego z wołowiną (70g), frytki (120g), puree z kalafiora (50g), sałata lodowa z dresingiem zielonym (60g). Herbata owocowa (150g). Alergeny: jajo, nabiał.	Cepeliny ziemniaczane z mięsem i cebulką (180g), marchewka z groszkiem (50g), mizeria z jogurtem (60g). Kompot owocowy (150g). Alergeny: gluten, jajo, nabiał.	Klopsik rybny pieczony (80g), risotto curry z warzywami (170g), surówka z kiszonej kapusty (60g). Świeżowyciskany sok z pomarańczy (150g). Alergeny: gluten, jajo, ryba.
PODWIECZOREK (ok. 15-20% 210-280 kcal) godz. 15:00	Zupa ogórkowa z ziemniakami (200g). Baton zbożowy (35g). Woda (150g). Alergeny: gluten, nabiał, seler, orzechy.	Bagietka rustykalna (50g) z masłem (5g), pasta jajeczna z makrelą i szczypiorem (25g), mix warzyw (30g). Dzikie Sok Pyłek – jabłko, pomarańcza, cytryna, kurkuma (150g). Al.: gluten, jajo, ryba, nabiał.	Zupa jarzynowa z brukselką i kaszą jaglaną (200g). Podpłomyki z siemieniem lnianym (30g). Woda (150g). Alergeny: gluten, seler, nabiał.	Racuszki drożdżowe z jabłkiem (100g), syrop klonowy (10g), Koktajl jogurtowy z maślanką i owocami leśnymi (150g). Alergeny: gluten, jajo, nabiał.	Zupa krem dyniowy z ziemniakami i jogurtem greckim (200g). Chipsy z boczku wędzonego (20g). Herbata/Woda (150g). Alergeny: nabiał, seler.

Dyrektor zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.

Sporządził: Walczak Katarzyna

Zatwierdził: Skwarka Anna