

Jadłospis 04.05.2026 - 08.05.2026

Norma żywieniowa dzieci w przedziale wiekowym 3-6 lat: 1400 kcal,

Jadłospis przedszkolny obejmuje 75% dziennego zapotrzebowania na energię tj. 1050 kcal.

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
Poniedziałek 04.05.2026	Bułka kajzerka pszenna (35g) z masłem(5g) (1,3), twarożek z ogórkiem i koperkiem(20g)(3) kakao z mlekiem 3,2%(150ml) (3) herbata z cytryną (200ml) gruszka(10g), jabłko(10g), kiwi(10g)	Żurek z jajkiem i białą kielbasą(200ml)(2,3,5) (włoszczyzna,żurek,jaja,ziemniaki śmietana) (na wywarze wieprzowo-warzywnym) ryż zapiekany z jabłkami i bitą śmietaną(200g) (3)(ryż,mleko,cynamon,jabłka,śmietana) kompot truskawkowy(150ml)	Chleb pszenno-żytni (35g)(1) z masłem(5g),wędlina(20g),pomidor (10g),kiełki(5g) herbata ziołowa (150ml), pomarańcza
Wtorek 05.05.2026	Płatki orkiszowe na mleku 3,2%(200ml)(1,3) bułka maślana pszenna (35g)(1) z małem(5g), herbata z cytryną i miodem(200ml) banan(10g), melon(10g),pomarańcza(10g)	Zupa krupnik(200ml)(włoszczyzna,kasza jęczmienna,ziemniaki)(3,5)(na wywarze drobiowo-warzywnym) zrazy z warzywami w sosie pomidorowym(120g)(mięso mielone ,marchewka,cukinia,jaja) (1,2),ziemniaki(150g),kalafior gotowany na parze(80g) kompot wielowocowy(150ml)	Brzoskwinia w frużelinie (45g),kawiarka pszenna(35g)z masłem(5g)(1,2,3) herbata z cytryną (150ml)
Środa 06.05.2026	Bułka grahamka (35g) z masłem(5g) (1,3), wędlina (10g),ogórek(10g),pomidor(10g) kawa zbożowa z mlekiem 3,2%(200g) (1,3) herbata z cytryną (200ml) gruszka(10g), winogrona(10g), mango(10g)	Zupa neopolitańska(200ml) (włoszczyzna,ser topiony,ser parmezan,brokół,ziemniaki,śmietana) (3,5) (na wywarze drobiowo-warzywnym) chili con carne(100g)(mięso mielone,kukurydza,fasola czerwona,pulpa) kompot wiśniowy (150ml)	Chleb razowy ze słonecznikiem (35g) z masłem(5g(1,3),pasta z halibuta(20g)(1,2,8)(halibut wędzony,ogórek kiszony,jaja,szczypior,majonez) herbata miętowa (150ml), arbuz
Czwartek 07.05.2026	Kasza manna orkiszowa na mleku 3,2%(200ml) (1,3), rogal pszenny(35g), z masłem (5g), miód (5g),herbata z cytryną i sokiem (150ml), jabłko (10g), kiwi(10g), mandarynka (10g)	Zupa szpinakowa(200ml) (3,5)(włoszczyzna,ziemniaki,szpinak,śmieta na) (na wywarze drobiowo-warzywnym) połędwica w sosie pieczeniowym(100g) (1,2), ziemniaki(150g), marchewka gotowana (80g) kompot truskawkowy (150ml)	Chleb pszenno-żytni (35g)(1) z masłem(5g),serek kozi ze szczypiorem(20g), papryka kolorowa(20g),herbata z cytryną i miodem(150ml)
Piątek 08.05.2026	Bułka wrocławska pszenna(35g) z masłem(5g) (1,3), jajecznica na maselku(40g)(jaja,masło)(2,3), kakao z mlekiem 3,2%(200g) (1,3) herbata z cytryną (200ml) gruszka(10g), jabłko(10g), kiwi(10g)	Zupa krem z czerwonej soczewicy (200ml) (2,3,5)(włoszczyzna,soczewica czerwona,ziemniaki, śmietana) (na wywarze wieprzowo-warzywnym) kluski leniwe (100g)(1,2,3)(ziemniaki,jaja,twaróg), kompot wielowocowy(150ml)	Puree z jabłek , paluch pszenny(40g) (1)

Wywar mięsno-warzywny:

Składniki : marchew, por, pietruszka korzeń, seler korzeń (5), cebula, natka pietruszki, lubczyk, mięso: drób, wieprzowina lub wołowina, do produkcji
wywaru użyto mieszanki przypraw,

Do przygotowywania potraw w przedszkolu tj. zup, gulaszu, sosów, zapiekanek, używane są przyprawy zawierające śladowe ilości alergenów

Substancje lub produkty powodujące alergię lub reakcje nietolerancji:

1. Zboża zawierające gluten (pszenica, żyto, pszenżyto, orkisz, jęczmień, owies oraz produkty pochodne),

2. Jajka i produkty pochodne,

3. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą),

4. Soja i produkty pochodne,

5. Seler i produkty pochodne,

6. Orzechy ziemne (arachidowe) i produkty pochodne,

7. Orzechy (migdały, orzechy laskowe, włoskie, nerkowce, orzechy pekan, brazylijskie oraz pochodne),

8. Ryby i produkty pochodne,

9. Skorupiaki i produkty pochodne,

10. Mięczaki i produkty pochodne,

11. Musztarda, gorczyca i produkty pochodne,

12. Ziarna sezamu i produkty pochodne,

13. Dwutlenek siarki (siarczany, E 220 – E 227) stężeniu powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/l dla produktów w postaci gotowej do spożycia lub przygotowane do
spożycia zgodnie z instrukcjami wytwórców,

14. Łubin i produkty pochodne