

Jadłospis 25.05.2026 - 29.05.2026

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 25.05.2026	Bułka kajzerka pszenna(35g)(1) z masłem(5g) (1,3),twarożek z pesto suszonych pomidorów(10g)(3),kakao na mleku 3,2% (150ml)(3) herbata z cytryną i miodem(150ml) jabłko(10g) melon(10g),gruszka(10g)	Zupa jarzynowa(200ml) 3,5)(włoszczyzna,kalafior,brokuly brukselka,ziemniaki,śmietana) (na wywarze wieprzowo-warzywnym),pamuchy drożdżowe z polewą truskawkową(100g)(1,2,3)(mąka,jaja, drożdże,śmietana,jogurt,truskawki) Kompot truskawkowy(150ml)	Chleb pszenno-żytni(35g) z masłem(5g) (1,3) kielbaski na gorąco(20g) ketchup(11) herbata z cytryną (150ml)
Wtorek 26.05.2026	Płatki jęczmienne na mleku 3,2%(200ml)(3) bułka maślana(35g) (1) z masłem (5g) i miodem(5g)) melon(10g) ,kiwi(10g), banan(10g)	Zupa pomidorowa z ryżem(200ml)(włoszczyzna,pulpa pomidorowa,śmietana,ryż) (1,3,5)(na wywarze drobiowo warzywnym)(gulasz wieprzowy(100g) (1,2)(mięso od szynki) ziemniaki(150g), surówka z włoskiej kapusty(80g)(kapusta włoska,marchew,olej) Kompot wieloowocowy(150ml)	Kisiel owocowy(100g) (3), kawiarka pszenna(35g)(1) z masłem(5g) herbata owocowa(150ml)
Środa 27.05.2026	Bułka grahamka (35g)(1) z masłem(5g) (1,3) wędlina drobiowa(10g),pomidor(10g),ogórek (10g) kawa na mleku 3,2%(150ml) herbata z cytryną i sokiem(150ml) banan(10g),winogrona(10g),ananas (10g)	Zupa krupnik z kaszą bulgur200ml) 3,5)(włoszczyzna,kasza bulgur,ziemniaki,) (na wywarze wieprzowo-warzywnym), łazanki(200g) (1,3)(makaron pszenny,karczek,boczek wędzony,kapusta biała,kapusta kiszona) ,kompot z czerwonej porzeczki(150ml)	Chleb pszenno-żytni (35g)(1) z masłem(5g)(3), pasta mięsna(20g)(3)(karczek pieczony,boczek,ogórek kiszony,szczypior, majonez) herbata miętowa (150ml) jabłko(10g)
Czwartek 28.05.2026	Płatki ryżowe 3,2% (200ml),rogal pszenny(35g)(1) z masłem (5g)(3) herbata z cytryną (150ml),melon (10g), gruszka(10g), jabłko (10g)	Rosół z zacierką(200ml) (3,5)(włoszczyzna,zacierka makaronowa) (na wywarze drobiowo-warzywnym) kotlet pożarski(150g)(piersi z kurczaka,udziec z indyka,jaja),ryż ziemniaki(150g),mizeria(80g)(ogórki zielone,śmietana) Kompot wieloowocowy (150ml)	Chleb razowy z dynią(35g)(1) z masłem(5g)(3),ser żółty(10g)(3),ogórek(10g), pomidor(10g),kielki herbata ziołowa (150ml)
Piątek 29.05.2026	Bułka wrocławska (35g)(1) z masłem(5g)(3) serek kozi ze szczypiosem(20g),kawa kakao na mleku 3,2%(150ml) herbata z cytryną (150ml) melon(10g), mango(10g), gruszka(10g)	Barszcz czerwony (200ml) (5)(włoszczyzna,buraki,ziemniaki,śmietana) (na wywarze wieprzowo-warzywnym) paluszki rybne(100g) (2,8),ziemniaki(150g),surówka z białej rzodchwi (80)(rzodkiew biała,jogurt) Kompot śliwkowy(150ml)	Chleb pszenno-żytni(35g)(1) z masłem(5g)(3),pasta jajeczna(20g)(2,3)(jaja,majonez), herbata z cytryną(150ml)

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 alergie 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