

Jadłospis 24.08.2026 - 28.08.2026

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 24.08.2026	Bułka wrocławska pszenna (35g) z masłem(5g)(1,3) <i>twarożek z ogórkiem i koperkiem(20g)(3)(twarożek,ogórek ,koper)kakao na mleku 3,2%(150ml)(3)</i> herbata z cytryną i miodem(150ml) melon(10g),nektarynka(10g),kiwi(10g)	Zupa jarzynowa (200ml) (3,5)(włoszczyzna,ziemniaki,kalafior,brokul, brukselka,śmietana) (na wywarze drobiowo-warzywnym),ryż zapiekany z jabłkami i bitą śmietaną(200g) (3)(ryż,jabłka,śmietana) Kompot truskawkowy(150ml)	Chleb pszenno-żytni(35g) z masłem(5g) (1,3) szynka wieprzowa(20g) pomidor(20g),kiełki(5g) herbata z cytryną (150ml), arbuz
Wtorek 25.08.2026	Płatki owsiane na mleku 3,2% (200ml) (1,3), rogal maślany pszenny(35g) z masłem(5g) (1,3),konfitura truskawkowa(5g) herbata z cytryną i miodem(150ml) jabłko(10g) melon(10g),kiwi(10g)	Zupa ziemniaczana(200ml) (3,5)(włoszczyzna,ziemniaki,śmietana) (na wywarze drobiowo-warzywnym) polędwica w sosie pieczeniowym(100g) (1), kasza jęczmienna(80g),ogórek małosolny(80g) Kompot wielowocowy (150ml)	Budyń śmietankowy(150ml)(3)kawiarka pszenna(35g) z masłem(5g) (1,3),
Środa 26.08.2026	Bułka grahamka (35g) z masłem(5g) (1,3),parówki na ciepło(20g),ketchup(11) ogórek zielony(20g) kawa zbożowa na mleku 3,2%(150ml)(3) herbata z cytryną (150ml) jabłko(10g), truskawki(10g), gruszka(10g)	Zupa krem z zielonego groszku(200ml) (3,5)(włoszczyzna,puree z zielonego groszku,śmietana) (na wywarze warzywnym), kotlet z czerwonej soczewicy(100g)(2)(czerwona soczewica,marchew,mąka,jaja,zielona pietruszka),ziemniaki(150g),surówka z białej rzodkwi(80g)(biała rzodkiew,jogurt naturalny) Kompot wiśniowy (150ml)	Chleb orkiszowy (35g) z masłem(5g)(3), ser żółty(20g)(3),kabanosy(10g), papryka kolorowa(20g)herbata z cytryną(150ml),jabłka
Czwartek 27.08.2026	Płatki orkiszowe na mleku 3,2%(200ml)(3) chałka (30g) z masłem(5g) (1,3),nutella(5g) herbata z cytryną i sokiem(150ml) ananas(10g), banan(10g), jabłko(10g)	Zupa pomidorowa z makaronem(na wywarze wieprzowo-warzywnym)(włoszczyzna,pupla pomidorowa,makaron pszenny, śmietana),kotlet pożarski(100g)(2)(piesi z kurczaka,udziec z indyka,jaja),ziemniaki(150g),kalafior gotowany na parze(80g) kompot wielowocowy(150ml)	Marchewka tarta z brzoskwinia(100g),kawiarka pszenna (35g)(1),z masłem(5g)(3),herbata owocowa(150ml)
Piątek 28.08.2026	Chleb pszenno- żytni (35g) z masłem(5g) (1,3),pasta jajeczna(20g)(2,3), pomidor(20g),ogórek(20g) kakao na mleku 3,2%(150ml)(3) herbata z cytryną (150ml) jabłko(10g), truskawki(10g), gruszka(10g)	Zupa neapolitańska(200ml) (3,5)(włoszczyzna,ziemniaki,brokul,ser parmezan,ser topionyśmietana) (na wywarze drobiowo-warzywnym) paluszki rybne(100g)(1,2,8)(ryba,jaja)(wyrób własny), ziemniaki z koperkiem(100g),surówka z kiszanej kapusty(80g) Kompot wielowocowy (150ml)	Babka piaskowa-marmurkowa(45g)(1,2)(mąka,jaja kakao)(wyrób własny),sok owocowy(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