

JADŁOSPIS DLA DZIECI (przedszkole)

20.10 – 24.10.2025 r.

	PONIEDZIAŁEK 20.10.2025	WTOREK 21.10.2025	ŚRODA 22.10.2025	CZWARTEK 23.10.2025	PIĄTEK 24.10.2025
ŚNIADANIE	- Ryż na mleku - Pieczywo mieszane - Masło - Polędwica drobiowa - Ogórek świeży z koperkiem - Papryka - Herbata Alergeny: gluten, mleko,	- ser żółty - polędwica z indyka - pomidory z koperkiem - masło - pieczywo mieszane - herbata z miodem Alergeny: gluten, mleko, gorczyca	- Zupa mleczna z lanymi kluskami - Pieczywo mieszane - Masło - Twaróg z rzodkiewkami i koperkiem - Papryka czerwona - Herbata owocowa Alergeny: mleko, jaja, gluten	- Polędwica z kurczaka - papryka + ogórek - masło - miód - pieczywo mieszane - herbata owocowa Alergeny: mleko, gluten, gorczyca	- pasta jajeczna ze szczypiorkiem - pomidor, sałata - masło - pieczywo mieszane - kakao na mleku Alergeny: gluten, mleko, gorczyca, jajka
ŚNIADANIE	Pomidory	Ogórek kiszony	Ogórek świeży	Salata	Rzodkiewka
OBIAD	- zupa kalafiorowa z ziemniakami i mięsem drobiowym - Banan Alergeny: seler, mleko, gluten	- sznycel drobiowy - ziemniaki z zieleniną - marchewka z groszkiem - woda Alergeny: seler, jajko, mleko, gluten	- zupa wiejska z mięsem - pieczywo - gruszka Alergeny: seler, mleko, gluten, gorczyca	- kasza z sosem mięsno-jarzynowym - woda - jablko Alergeny: mleko, gluten	- kotlet rybny duszony - ziemniaki z zieleniną - surówka z marchwi - woda Alergeny: ryba, jajko, mleko, gluten
Wartość odżywcza podawanych posiłków	Suma dnia: Energia 804,56kcal Białko 38,80g Tłuszcze 25,80g Węglowodany 113,90g	Suma dnia: Energia 784,10kcal Białko 33,90g Tłuszcze 38,30g Węglowodany 85,80g	Suma dnia: Energia 818,36kcal Białko 38,90g Tłuszcze 28,20g Węglowodany 113,50g	Suma dnia: Energia 773,70kcal Białko 32,57g Tłuszcze 26,58g Węglowodany 114,74g	Suma dnia: Energia 783,96kcal Białko 29,61g Tłuszcze 33,16g Węglowodany 102,58g