

JADŁOSPIS DLA DZIECI (przedszkole)

1.12 – 5.12.2025 r.

	PONIEDZIAŁEK 1.12.2025r.	WTOREK 2.12.2025 r.	ŚRODA 3.12.2025 r.	CZWARTEK 4.12.2025 r.	PIĄTEK 5.12.2025 r.
ŚNIADANIE	• Płatki owsiane na mleku • Pieczywo mieszane • Masło • Szynka drobiowa • Ogórek z koperkiem • Herbata owocowa Alergeny: mleko, gluten, gorczyca	• Pieczywo mieszane • Masło • Serek grani ze szczypiorkiem • Szynka drobiowa • Pomidor i sałata • Jabłko • Kawa z mlekiem Alergeny: gluten, mleko, gorczyca	• Zupa mleczna z makaronem • Pieczywo mieszane • Masło • Jajko got. • Koperek, pomidor Alergeny: jajko, mleko, gluten	• Pieczywo mieszane • Masło • Szynka drobiowa • Pasztet domowy • Sałata, rzodkiewka • papryka • winogrono • herbata malinowa • Alergeny: gluten, gorczyca	• Pieczywo mieszane • Masło • Ser żółty • Kielbasą z indyka • Sałata, ogórek świeży, pomidor • Kakao Alergeny: mleko, gluten, gorczyca
Śniadanie	Pomidory	Ogórek kiszony	Rzodkiewka	Salata	Papryka
OBIAD	• zupa pomidorowa z mięsem i makaronem • na wywarze warzywno-mięsny • pieczywo • banan Alergeny: seler, gluten, jajko	• Klops mielony • Buraczki • Ziemniaki • Woda Alergeny: Seler, mleko, gluten	• krupnik z mięsem drobiowym i ziemniakami • pieczywo • mandarynka Alergeny: mleko, gluten,	• kotlet drobiowy • groszek z marchewką • ziemniaki • woda Alergeny: seler, mleko, gluten, jajko	• makaron z serem naturalnym • woda • jabłko Alergeny: ryba, seler, jajko, mleko, gluten
Wartość odżywcza podawanych posiłków	Suma dnia: Energia 807,33kcal Białko 31,05g Tłuszcze 29,02g Węglowodany 113,42g	Suma dnia: Energia 802,45kcal Białko 36,49g Tłuszcze 26,91g Węglowodany 113,67g	Suma dnia: Energia 797,59kcal Białko 34,53g Tłuszcze 30,04g Węglowodany 108,29g	Suma dnia: Energia 778,63kcal Białko 33,12g Tłuszcze 26,11g Węglowodany 115,16g	Suma dnia: Energia 791,40kcal Białko 33,79g Tłuszcze 32,86g Węglowodany 97,78g