

JADŁOSPIS DLA DZIECI (przedszkole)

15.12 – 19.12.2025 r.

	PONIEDZIAŁEK 15.12.2025	WTOREK 16.12.2025	ŚRODA 17.12.2025	CZWARTEK 18.12.2025	PIĄTEK 19.12.2025
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	- Polewka kaszubska z ziemniakami i kielbaska wiejska na wywarze warzywno-mięsny - Jogurt owocowy Alergeny: seler, mleko, gluten	- Ryż w sosie pomidorowym z kurczakiem, ananasem - i warzywami - Pomarańcza - woda Alergeny: seler, jajko, mleko, gluten	- Zupa pomidorowa z makaronem na wywarze warzywno-mięsny - pieczywo - gruszka Alergeny: seler, mleko, gluten, gorczyca	- kasza z sosem mięsno-jarzynowym - Surówka z kapusty świeżej - woda - jablko Alergeny: mleko, gluten	- Zupa owocowa z makaronem i kompotem wiśniowym - Mandarynka - woda Alergeny: ryba, jajko, mleko, gluten
Wartość odżywcza podawanych nasilków	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