

JADŁOSPIS DLA DZIECI (przedszkole) 7-9 stycznia 2026 r.

	ŚRODA 7.01.2026 r.	CZWARTEK 8.01.2026 r.	PIĄTEK 9.01.2026 r.
ŚNIADANIE	<ul style="list-style-type: none"> • kasza manna na mleku • polędwica sopocka • papryka z zieloną pietruszką • masło • gruszka • pieczywo • herbata <p>Alergeny: gluten, mleko,</p>	<ul style="list-style-type: none"> • twaróg ze szczypiorkiem • masło • ogórek i sałata • pieczywo mieszane • miód lub dżem • herbata • <p>Alergeny: gluten, mleko</p>	<ul style="list-style-type: none"> • ser żółty • polędwica z indyka • pomidor i sałata • masło • pieczywo mieszane • kakao <p>Alergeny: gluten, mleko, gorczyca</p>
Śniadanie	<ul style="list-style-type: none"> • ogórki kiszzone 	<ul style="list-style-type: none"> • ogórki świeże 	<ul style="list-style-type: none"> • rzodkiewki
OBIAD	<ul style="list-style-type: none"> • Zupa pomidorowa makaronem na wywarze warzywno-mięsny • pieczywo <p>Alergeny: seler, gluten, mleko</p>	<ul style="list-style-type: none"> • gulasz mięsno-jarzynowy • kasza jęczmienna • surówka z kapusty świeżej • Jabłko • woda <p>Alergeny: mleko, gluten, seler</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ryba • Ziemniaki • Surówka z kapusty kiszzonej <p>Alergeny: gluten, ryba</p>
Wartość odżywcza podawanych posiłków	<p>Suma dnia: Energia 806,99kcal Białko 34,30g Tłuszcze 22,80g Węglowodany 127,60g</p>	<p>Suma dnia: Energia 779,59kcal Białko 33,64g Tłuszcze 25,32g Węglowodany 116,08g</p>	<p>Suma dnia: Energia 786,44kcal Białko 35,49g Tłuszcze 38,44g Węglowodany 87,48g</p>