

PRZEDSZKOLE NR 28

tel. +48 694 981 667

MENU: 04-08.05.2026r



PODSTAWOWA

	PONIEDZIAŁEK (1113kcal)	Waga porcji	WTOREK (1078kcal)	Waga porcji	ŚRODA (1043kcal)	Waga porcji	CZWARTEK (1174kcal)	Waga porcji	PIĄTEK (1093cal)	Waga porcji
SNIADANIE	Chleb pszenny Masło Twarożek Świeże warzywa	50g 10g 20g 10g	Zupa mleczna z kaszą manną Chleb graham Masło Jabłko	200ml 30g 5g ¼ szt	Chleb pszenny Masło Szynka z kurczaka Świeże warzywa	50g 10g 20g 10g	Owsianka mleczna z sosem porzeczkowym Weka z masłem Warzywka do chrupania	150g 30g 50g	Bułeczka grahamka Masło Pasta z łośosiem i białym serem Świeże warzywa	50g 10g 20g 10g
alergeny	Laktoza, białka mleka krowiego, gluten	306kcal	Laktoza, białka mleka krowiego, gluten	298kcal	Laktoza, białka mleka krowiego, gluten, białka jaja kurzego	319kcal	Laktoza, białka mleka krowiego, gluten	347kcal	Laktoza, białka mleka krowiego, gluten, ryby	340kcal
II SNIADANIE	Banan	100g (97kcal)	Jabłko	100g (47kcal)	Słupki marchewki	50g (36kcal)	Jabłko	100g (47kcal)	Kalarepka	50g (97kcal)
OBIAD	Zupa kalafiorowa z ziemniakiem i marchewką Ryż z kurczakiem w sosie słodko-kwaśnym Kompot wieloowocowy	250ml 170g 200ml	Zupa jarzynowa z makaronem Kąski wieprzowe w czerwonym sosie curry Kasza pęczak Surówka z czerwonej kapusty	250ml 90g 80g 50g	Barszcz czerwony z ziemniakami Pierogi ruskie z masłem i karmelizowaną cebulką Surówka z marchewki	250 ml 6szt 30g	Zupa pomidorowa z makaronem Udziec kurczaka w kremowym sosie Ziemniaki Mizeria z koperkiem	250 ml 80g 120g 50g	Krupnik z jarzynami i kaszą jęczmienną Makaron z serem Kompot wieloowocowy	250ml 170g 200 ml
alergeny	Laktoza, białka mleka krowiego, seler, gluten	477kcal	Laktoza, białka mleka krowiego, seler, gluten, białka jaja kurzego	499kcal	Laktoza, białka mleka krowiego, seler	454kcal	Seler, gluten, białka jaja kurzego, laktoza, białka mleka krowiego	494kcal	Laktoza, białka mleka krowiego, gluten, seler, białka jaja kurzego	468kcal
PODW.1	Jogurt z malinami i nasionami chia	150ml	Chleb razowy Masło Szynka domowa z indyka Świeże warzywa	30g 5g 20g 10g	Domowe ptasie mleczko z owocami	150ml	Chleb graham Masło Ser żółty z dziurami Świeże warzywa	30g 5g 20g 10g 200ml	Domowe ciasto z brzoskwiniami	80g
alergeny	Gluten, laktoza, białka mleka krowiego	186kcal	Laktoza, białka mleka krowiego, gluten	184kcal	laktoza, białka mleka krowiego	187kcal	białka mleka krowiego, laktoza, gluten	189kcal	Laktoza, białka mleka krowiego, gluten, białka jaja kurzego	162kcal
PODW.2	Jabłko	100g (47kcal)	Pomarańcza	100g (36kcal)	Jabłko	100g (47kcal)	Banan	100g (97kcal)	Arbuz	100g (36kcal)

Jadłospis opracowała: mgr Magdalena Sobolewska – dietetyk kliniczny

Zakład produkuje potrawy zawierające gluten, mleko, jaja, soję, sezam, orzechy i ryby, możliwość występowania alergenów w śladowych ilościach.

UWAGA: Ze względu na warunki pogodowe rodzaj owoców podawanych na II podwieczerek może ulec zmianie.