

PRZEDSZKOLE NR 28

tel. +48 694 981 667

MENU: 01-04.04.2025r

PODSTAWOWA

	WTOREK (1196kcal)	Waga porcji	ŚRODA (1158kcal)	Waga porcji	CZWARTEK (1165kcal)	Waga porcji	PIĄTEK (1064kcal)	Waga porcji
I ŚNIADANIE	Chleb razowy Masło Kiełbasa krakowska Świeże warzywa	50g 10g 20g 10g	Pancakes Dżem owocowy	2szt 20g	Chleb pszenno-żytni Masło Pasta serowo-tuńczykowa z warzywami	50g 10g 20g	Bułka grahamka Masło Pasta jajeczna z zieloną cebulką Świeże warzywa	50g 10g 20g 10g
	Herbata z cytryną	200 ml	Herbata rooibos	200ml	Kakao z mlekiem	200 ml	Kawa zbożowa z mlekiem	200 ml
alergeny	Laktoza, białka mleka krowiego, gluten	359kcal	Laktoza, białka mleka krowiego, gluten	364kcal	Laktoza, białka mleka krowiego, gluten, ryby, białka jaja kurzego	365kcal	Laktoza, białka mleka krowiego, gluten, białka jaja kurzego	399kcal
II ŚNIADANIE	Banan	100g (97kcal)	Jabłko	100g (45kcal)	Banan	100g (97kcal)	Jabłko	100g (45kcal)
OBİAD	Zupa jarzynowa z makaronem	250ml	Zupa koperkowa z ryżem	250 ml	Krupnik	250 ml	Zupa krem shrekowa z grzankami	250ml 10g
	Gulasz z szynki wieprzowej Kasza gryczana niepalona Surówka z czerwonej kapusty	80g 120g 50g	Pierogi ruskie podane z maselkiem i karmelizowaną cebulką	6szt	Pulpet z indyka z sosem pietruszkowym Ziemniaki Surówka z marchewki	80g 120g 50g	Racuchy z jabłuskami	2szt
	Kompot wieloowocowy	200 ml	Kompot wieloowocowy	200ml	Kompot wieloowocowy	200 ml	Kompot wieloowocowy	200 ml
alergeny	Laktoza, białka mleka krowiego, seler, gluten	479kcal	Laktoza, białka mleka krowiego, seler, białka jaja kurzego, gluten	452kcal	seler, gluten, białka jaja kurzego, laktoza, białka mleka krowiego	498kcal	Laktoza, białka mleka krowiego, seler, białka jaja kurzego	389kcal
PODW.1	Mleczny budyń jaglany z mussem owocowym	150ml	Chleb graham Masło Serek homogenizowany Papryka	30g 5g 30g 10g	Jogurt naturalny z truskawkami	200ml	Kisiel owocowy	150ml
alergeny	Laktoza, białka mleka krowiego	225kcal	Gluten, laktoza, białka mleka krowiego	218kcal		160kcal	białka mleka krowiego, laktoza, gluten, białka jaja kurzego	195kcal
PODW.2	Mandarynka	100g (36kcal)	Banan	100g (97kcal)	Jabłko	100g (45kcal)	Pomarańcza	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.