

PRZEDSZKOLE NR 28

tel. +48 694 981 667

MENU: 01-05.09.2025r

PODSTAWOWA



	PONIEDZIAŁEK (1171kcal)	Waga porcji	WTOREK (1196kcal)	Waga porcji	ŚRODA (1158kcal)	Waga porcji	CZWARTEK (1165kcal)	Waga porcji	PIĄTEK (1064kcal)	Waga porcji
ŚNIADANIE	Mleczna jaglanka cynamonowa	150g	Chleb razowy Masło Szynka z kurczaka Świeże warzywa	50g 10g 20g 10g	Mleczna ryżanka z prażonymi jabłuszkami	150g	Chleb pszenno-żytni Masło Pasta serowo-tuńczykowa z warzywami	50g 10g 20g	Bułka grahamka Masło Jajko na twardo Świeże warzywa	50g 10g 1szt 10g
	Weka z masłem	30g	Ślupki marchewki	40g	Chleb graham z masłem	30g				
	Jabłko	¼ szt								
	Herbata	200ml	Herbata z cytryną	200ml	Herbata rooibos	200 ml	Kakao z mlekiem	200 ml	Kawa zbożowa z mlekiem	200 ml
alergeny	Laktoza, białka mleka krowiego, gluten	387kcal	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	Gruszka	100g (50kcal)	Banan	100g (97kcal)	Jabłko	100g (45kcal)	Banan	100g (97kcal)	Jabłko	100g (45kcal)
OBIAD	Zupa pomidorowa z ryżem	250ml	Zupa z fasolki szparagowej z makaronem	250ml	Zupa koperkowa z ryżem	250 ml	Krupnik	250 ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami	250ml
	Penne z kremowym sosem warzywnym z kurczakiem	90g 80g	Gulasz z szynki wieprzowej Kasza gryczana niepalona Surówka z czerwonej kapusty	90g 80g 50g	Pierogi ruskie podane z masłem i karmelizowaną cebulką	6szt	Pulpet z indyka z sosem porowym Ziemniaki Surówka z marchewki	80g 120g 50g	Racuchy z jabłuszkami	2szt
	Kompot wieloowocowy	200ml	Kompot wieloowocowy	200 ml	Kompot wieloowocowy	200ml	Kompot wieloowocowy	200 ml	Kompot wieloowocowy	200 ml
alergeny	Laktoza, białka mleka krowiego, seler, gluten	494kcal	Laktoza, białka mleka krowiego, seler, gluten	479kcal	Laktoza, białka mleka krowiego, seler, białka jaja kurzego, gluten	452kcal	sele, gluten, białka jaja kurzego, laktoza, białka mleka krowiego	498kcal	Laktoza, białka mleka krowiego, seler, białka jaja kurzego	389kcal
PODW. 1	Chleb razowy Masło Szynka z indyka Świeże warzywa	30g 5g 20g 10g	Mleczny budyń jaglany z mussem owocowym	150ml	Chleb graham Masło Serek homogenizowany Rzodkiewka	30g 5g 30g 10g	Jogurt naturalny z truskawkami	200ml	Budyń waniliowy Talarki marchewkowe	150g 20g
alergeny	Gluten, laktoza, białka mleka krowiego	195kcal	Laktoza, białka mleka krowiego	225kcal	Gluten, laktoza, białka mleka krowiego	218kcal		160kcal	białka mleka krowiego, laktoza	195kcal
PODW. 2	Jabłko	100g (45kcal)	Brzoskwinia	100g (36kcal)	Banan	100g (97kcal)	Jabłko	100g (45kcal)	Nektarynka	100g (36kcal)

Jadłospis opracowała: mgr Magdalena Sobolewska – dietetyk kliniczny

Zakład produkuje potrawy zawierające gluten, mleko, jajszną, 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.