

PRZEDSZKOLE NR 28

tel. +48 694 981 667
MENU: 12-15.11.2024r

PODSTAWOWA



	WTOREK (1098kcal)	Waga porcji	ŚRODA (1053kcal)	Waga porcji	CZWARTEK (1102kcal)	Waga porcji	PIĄTEK (1034kcal)	Waga porcji
ŚNIADANIE	Chleb graham Masło Twarożek ze szczypiorkiem Świeże warzywa	50g 10g 20g 10g	Chleb pszenny Masło Paszтет domowy Świeże warzywa	50g 10g 20g 10g	Jabłkowa owsianka	150ml	Bułka grahamka Masło Pasta jajeczna Świeży pomidor	50g 10g 20g 20g
	Słupki marchewki	50g			Weka z masłem	30g		
	Kakao z mlekiem	200ml	Herbata	200 ml	Herbata z cytryną	200ml	Kawa zbożowa z mlekiem	200 ml
alergeny	Laktoza, białka mleka krowiego, gluten	328kcal	Laktoza, białka mleka krowiego, gluten	345kcal	Laktoza, białka mleka krowiego, gluten	348kcal	Laktoza, białka mleka krowiego, gluten, białka jaja kurzego	298kcal
II ŚNIA DAN IE	Jabłko	100g (47kcal)	Pomarańcza	100g (36kcal)	Jabłko	100g (50kcal)	Mandarynka	100g (36kcal)
OBIAD	Zupa brokułowa z ryżem	250ml	Rosół z makaronem	250 ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami	250 ml	Zupa krem z białych warzyw z grzankami	250ml 10g
	Ragout z indyka Kluski śląskie Surówka z ogórków kiszonych	90g 120g 50 g	Pierogi z serem	6 szt	Makaron z klopsikami drobiowymi w sosie dyniowo- bazyliowym	170g	Paluszki rybne w panierce Ziemniaki Surówka z kapusty kiszonej	3 szt 120g 50g
	Kompot wielooowocowy	200 ml	Kompot wielooowocowy	200ml	Kompot wielooowocowy	200 ml	Kompot wielooowocowy	200 ml
alergeny	seler, gluten, białka jaja kurzego	439kcal	Laktoza, białka mleka krowiego, gluten, seler, białka jaja kurzego	404kcal	Seler, gluten, laktoza, białka mleka krowiego, białka jaja kurzego	422kcal	Laktoza, białka mleka krowiego, gluten, seler, białka jaja kurzego, ryby	455kcal
PODW. 1	Chleb pszenny Masło Ser salami Świeże warzywa	30g 5g 20g 10g	Budyń owocowy	180ml	Chleb pszenny Masło Szynka z indyka Świeże warzywa	30g 5g 20g 10g	Ciasto domowe z morelami	80g
alergeny	Laktoza, białka mleka krowiego, białka jaja kurzego, gluten	187kcal	laktoza, białka mleka krowiego	221kcal	białka mleka krowiego, laktoza, gluten	185kcal	Gluten, laktoza, białka mleka krowiego, białka jaja kurzego	195kcal
PODW . 2	Banan	100g (97kcal)	Jabłko	100g (47kcal)	Banan	100g (97kcal)	Gruszka	100g (50kcal)

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.