

PRZEDSZKOLE NR 28

tel. +48 694 981 667

MENU: 21-25.07.2025r

PODSTAWOWA



	PONIEDZIAŁEK (1043 kcal)	Waga porcji	WTOREK (1129kcal)	Waga porcji	ŚRODA (1149kcal)	Waga porcji	CZWARTEK (1151kcal)	Waga porcji	PIĄTEK (1154kcal)	Waga porcji
ŚNIADANIE	Chleb razowy Masło Ser radamer Świeże warzywa	50g 10g 20g 10g	Grahamka Masło Szynka z indyka Świeże warzywa	50g 10g 20g 10g	Owsianka mleczna z owocami Weka z masłem	150g 30g	Chleb pszenny Masło Szynka wieprzowa Świeże warzywa	50g 10g 20g 10g	Zupa mleczna z makaronem orzo Grahamka z masłem Jabłko	150g 30g ¼ szt
	Kawa zbożowa z mlekiem	200ml	Kakao z mlekiem	200ml	Herbata	200 ml	Herbata z cytryną	200ml	Herbata	200 ml
alergeny	Laktoza, białka mleka krowiego, gluten	294kcal	Laktoza, białka mleka krowiego, gluten	251kcal	Laktoza, białka mleka krowiego, gluten	312kcal	Laktoza, białka mleka krowiego, gluten	295kcal	Laktoza, białka mleka krowiego, gluten	329kcal
II ŚNIADANIE	Gruszka	100g (50kcal)	Banan	100g (97kcal)	Gruszka	100g (50kcal)	Jabłko	100g (47kcal)	Banan	100g (97kcal)
OBIAD	Zupa krem z pomidorów i papryki z grzankami Gulasz wieprzowy z warzywami Kasza perlowa	250ml 10g 90g 80g	Zupa ogórkowa z ryżem Kluski na parze z polewą jogurtowo-owocową	250ml 2szt	Domowy rosół z makaronem Udziec z indyka pieczony w sosie własnym Ziemniaki Surówka z młodej kapusty	250 ml 80g 120g 50g	Barszcz czerwony z ziemniakami zabieleny Makaron z sosem szpinakowym z kurczakiem	250 ml 170g	Zupa kalafiorowa z makaronem Paluszki rybne w panierce z pieca Ziemniaki Surówka z kapusty kiszzonej z marchewką	250ml 3szt 120g 50g
	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, białka jaja kurzego		Laktoza, białka mleka krowiego, seler		Laktoza, białka mleka krowiego, gluten, seler, białka jaja kurzego		Laktoza, białka mleka krowiego, seler, gluten, białka jaja kurzego		Laktoza, białka mleka krowiego, gluten, seler, białka jaja kurzego	
PODW. 1	Kisiel malinowy Chrupki kukurydziane	150ml 10g	Chleb mieszany, Masło, Ser biały Świeże warzywa	30g 5g 20g 10g	Chleb razowy Masło Pasta serowo-jajeczna z papryką i szczypiorkiem	30g 5g 20g	Budyń waniliowy Jabłko	150g ¼ szt	Domowe ciasto ze śliwkami	80g
alergeny		222kcal	Laktoza, białka mleka krowiego	273kcal	Gluten, laktoza, białka mleka krowiego, białka jaja kurzego, gorczyca	222kcal	białka mleka krowiego, laktoza, gluten, białka jaja kurzego	198kcal	Laktoza, białka mleka krowiego, gluten, białka jaja kurzego	181kcal
PODW. 2	Jabłko	100g (47kcal)	Gruszka	100g (50kcal)	Arbuz	100g (36kcal)	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.