

# PRZEDSZKOLE NR 28

tel. +48 694 981 667  
MENU: 25-29.11.2024r

## PODSTAWOWA



	<b>PONIEDZIAŁEK</b> (1043 kcal)	Waga porcji	<b>WTOREK</b> (1129kcal)	Waga porcji	<b>ŚRODA</b> (1149kcal)	Waga porcji	<b>CZWARTEK</b> (1151kcal)	Waga porcji	<b>PIĄTEK</b> (1154kcal)	Waga porcji
<b>ŚNIADANIE</b>	Chleb razowy Masło Ser radamer Świeże warzywa	50g 10g 20g 10g	Chleb pszenny Masło Szynka z indyka Świeże warzywa	50g 10g 20g 10g	Owsianka mleczna z owocami	150g	Chleb pszenny Masło Parówki Domowy sos pomidorowy Świeże warzywa	50g 10g 1szt 10g 10g	Zupa mleczna z makaronem orzo	150g
	Kawa zbożowa z mlekiem	200ml	Słupki marchewki	50g	Weka z masłem	30g	Herbata z cytryną	200ml	Grahamka z masłem Jabłko	30g ¼ szt
<b>alergeny</b>	Laktoza, białka mleka krowiego, gluten	294kcal	Laktoza, białka mleka krowiego, gluten	251kcal	Laktoza, białka mleka krowiego, gluten	312kcal	Laktoza, białka mleka krowiego, gluten, białka jaja kurzego	295kcal	Laktoza, białka mleka krowiego, gluten	329kcal
<b>II ŚNIADANIE</b>	Gruszka	100g (50kcal)	Banan	100g (97kcal)	Gruszka	100g (50kcal)	Jabłko	100g (47kcal)	Banan	100g (97kcal)
<b>OBIAD</b>	Żurek z kielbasą i ziemniakami	250ml	Zupa ogórkowa z ryżem	250ml	Domowy rosół z makaronem	250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami zabieleny	250 ml	Zupa krem z zielonych warzyw z grzankami	250ml 10g
	Kluski na parze z polewą jogurtowo-owocową	2szt	Gulasz wieprzowy z warzywami Kasza perłowa	90g 80g	Filet z indyka w panierce Ziemniaki Buraczki na zimno	80g 120g 50g	Racuchy z jabłuszkami	2szt	Paluszki rybne w panierce z pieca Ziemniaki Surówka z kapusty kiszzonej z marchewką	3szt 120g 50g
<b>alergeny</b>	Laktoza, białka mleka krowiego, seler	427kcal	Laktoza, białka mleka krowiego, seler, gluten, białka jaja kurzego	458kcal	Laktoza, białka mleka krowiego, gluten, seler, białka jaja kurzego	529kcal	Laktoza, białka mleka krowiego, seler, gluten, białka jaja kurzego	514kcal	Laktoza, białka mleka krowiego, gluten, seler, białka jaja kurzego	511kcal
<b>PODW. 1</b>	Chleb mieszany, Masło, Pasztet domowy Świeże warzywa	30g 5g 20g 10g	Budyń waniliowy Jabłko	150g ¼ szt	Chleb razowy Masło Pasta serowo-jajeczna z papryką czerwoną i szczypiorkiem	30g 5g 20g	Bułeczka maślana Masło Twarożek owocowy	1 szt 10g 20g	Pełnoziarniste ciasto z porzeczkami	80g
<b>alergeny</b>	Gluten, laktoza, białka mleka krowiego, seler, białka jaja kurzego, gorczyca	225kcal	Laktoza, białka mleka krowiego	273kcal	Gluten, laktoza, białka mleka krowiego, białka jaja kurzego	222kcal	białka mleka krowiego, laktoza, gluten, białka jaja kurzego	198kcal	Laktoza, białka mleka krowiego, gluten, białka jaja kurzego	181kcal
<b>PODW. 2</b>	Jabłko	100g (47kcal)	Gruszka	100g (50kcal)	Pomarańcza	100g (36kcal)	Banan	100g (97kcal)	Mandarynka	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.**