

PRZEDSZKOLE NR 28

tel. +48 694 981 667

MENU: 28-31.07.2025r

PODSTAWOWA



	PONIEDZIAŁEK (1171kcal)	Waga porcji	WTOREK (1196kcal)	Waga porcji	ŚRODA (1158kcal)	Waga porcji	CZWARTEK (1165kcal)	Waga porcji
ŚNIADANIE	Mleczna jaglanka kakaowa	150g	Chleb razowy Masło Ser gouda Świeże warzywa	50g 10g 20g 10g	Owsianka z żurawiną	150g	Chleb pszenno-żytni Masło Pasta serowo-tuńczykowa z warzywami	50g 10g 20g
	Weka z masłem	30g			Buleczka pszenna z masłem	1szt		
	Jabłko	¼ szt					Kakao z mlekiem	200 ml
	Herbata	200ml	Herbata z cytryną	200 ml	Herbata rooibos	200ml		
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
II ŚNIADANIE	Gruszka	100g (50kcal)	Banan	100g (97kcal)	Jabłko	100g (45kcal)	Banan	100g (97kcal)
OBIAD	Zupa pomidorowa z ryżem	250ml	Zupa jarzynowa z makaronem	250ml	Zupa koperkowa z ryżem	250 ml	Krupnik	250 ml
	Penne z kremowym sosem warzywnym z kurczakiem	90g 80g	Gulasz z szynki wieprzowej Kasza gryczana niepalona Surówka z czerwonej kapusty	80g 120g 50g	Pierogi ruskie podane z masłem i karmelizowaną cebulką	6szt	Pulpet z indyka z sosem pietruszkowym Ziemniaki Surówka z marchewki	80g 120g 50g
	Kompot wieloowocowy	200ml	Kompot wieloowocowy	200 ml	Kompot wieloowocowy	200ml	Kompot wieloowocowy	200 ml
	Laktoza, białka mleka krowiego, seler, gluten	494kcal	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
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 Papryka	30g 5g 30g 10g	Jogurt naturalny z truskawkami	200ml
alergeny	Gluten, laktoza, białka mleka krowiego	193kcal	Laktoza, białka mleka krowiego	225kcal	Gluten, laktoza, białka mleka krowiego	218kcal		160kcal
PODW. 2	Jabłko	100g (45kcal)	Arbuz	100g (36kcal)	Banan	100g (97kcal)	Jabłko	100g (45kcal)

Jadłospis opracowała: mgr Magdalena Sobolewska – dietetyk kliniczny

Zakład produkuje potrawy zawierające gluten, mleko, jajszna, 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.

