

PONIEDZIAŁEK 29.04.2024 r.			
Śniadanie	Zupa mleczna z zacierką (białko mleka, gluten) Weka z masłem, serek waniliowy, (białko mleka, gluten mąki pszennej) Herbata malinowa.		
II śniadanie	Jabłko,		
Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami, warzywami, zieloną pietruszką, zabieleny śmietaną (seler, białko mleka)	250g	98,0 kcal
	Racuchy z rabarbarem i cukrem pudrem, (białko mleka, gluten z mąki pszennej)	150g	367,5 kcal
	Kompot wieloowocowy.	200g	114,0 kcal
Podwieczorek	Chleb graham z masłem, szynka z drobiowa, ogórek kiszony, (białko mleka, gluten mąki pszennej, laktoza, białko sojowe, błonnik pszenicy) Herbata z cytryną słodzona miodem pszczelim.		
WTOREK 30.04.2024 r.			
Śniadanie	Chleb wiejski z masłem, pasta z sera białego i awokado, szczypiorek (białko mleka, gluten z mąki pszennej) Kawa zbożowa z mlekiem (białko mleka, zboża zawierające gluten) Herbata z cytryną słodzona miodem pszczelim.		
II śniadanie	Gruszka,		
Obiad	Zupa jarzynowa z ziemniakami, warzywami, zieloną pietruszką, zabieleną śmietaną, (białko mleka, seler, zboża zawierające gluten),	250g	158,0 kcal
	Kasza kuskus, (zboża zawierające gluten)	150g	168,0 kcal
	Gulasz wieprzowy	50g	93,0 kcal
	Surówka z kiszzonej kapusty, marchewki i jabłka,	50g	25,5 kcal
	Kompot wieloowocowy.	200g	114,0 kcal
Podwieczorek	Budyń czekoladowy z bitą śmietaną (według własnej receptury), (białko mleka) Herbata owocowa. Melon.		
CZWARTEK 02.05.2024 r.			
Śniadanie	Weka z masłem, dżem truskawkowy (białko mleka, gluten z mąki pszennej) Kakao (białko mleka) Herbata z cytryną słodzona miodem pszczelim.		
II śniadanie	Jabłko,		
Obiad	Zupa ryżowa z wkładką mięsną, warzywami i zieloną pietruszką (seler)	250g	120,0 kcal
	Makaron z koktajlem truskawkowym (gluten z mąki pszennej, białko mleka)	150g	157,5 kcal
	Kompot wieloowocowy.	200g	114,0 kcal
Podwieczorek	Sałatka owocowa, Ciastka owsiane (gluten) Herbata owocowa.		
PONIEDZIAŁEK 06.05.2024 r.			
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi, (białko mleka) Chleb żytni z masłem, pasta z jajeczna, szczypiorek (białko mleka, gluten z mąki pszennej, jajko) Herbata z cytryną słodzona miodem pszczelim		
II śniadanie	Jabłko,		
Obiad	Zupa pieczarkowa z makaronem, warzywami i zieloną pietruszką, zabieleną śmietaną (białko mleka),	250g	180,0 kcal
	Ryż z musem jabłkowym i cynamonem (białko mleka),	150g	188,0 kcal
	Kompot wieloowocowy.	50g	20,65 kcal
		200g	114,0 kcal
Podwieczorek	Chleb graham z masłem, szynka maślana, pomidor, (białko mleka, gluten mąki pszennej, laktoza, białko sojowe, błonnik pszenicy)		

	Herbata z cytryną słodzona miodem pszczelim.		
WTOREK 07.05.2024 r.			
Śniadanie	Rogal z masłem, powidło śliwkowe, (białko mleka, gluten z mąki pszennej) Kakao (białko mleka) Herbata z cytryną słodzona miodem pszczelim		
II śniadanie	Banan,		
Obiad	Rosół z makaronem, warzywami, zieloną pietruszką, (gluten, seler) Ziemniaki z koperkiem, Kociołek mięsno warzywny, (białko mleka, gluten) Sałata zielona z jogurtem naturalnym, (białko mleka) Kompot wieloowocowy.	250g 150g 50g 50g 200g	370,0 kcal 135,3 kcal 56,0 kcal 22,0 kcal 114,0 kcal
Podwieczorek	Gruszka z serkiem waniliowym (białko mleka) Herbata owocowa.		
ŚRODA 08.05.2024 r.			
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami owsianymi z dodatkiem siemienia lnianego, (białko mleka, zboża zawierające gluten) Chleb słonecznikowy z masłem pasta z sera żółtego i jajek, szczypiorek (białko mleka, gluten z mąki pszennej) Herbata z cytryną słodzona miodem pszczelim		
II śniadanie	Gruszka,		
Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem, warzywami, zielona pietruszka, zabieleną śmietaną (białko mleka, seler, gluten) , Ziemniaki z koperkiem, Ryba miruna panierowana (ryba, gluten z bułki tartej) Buraczki na ciepło, Kompot wieloowocowy.	250g 150g 50g 50g 200g	395,0 kcal 135,3 kcal 55,0 kcal 19,0 kcal 114,0 kcal
Podwieczorek	Płatki kukurydziane z koktajlem truskawkowym, (białko mleka) Herbata owocowa.		
CZWARTEK 09.05.2024 r.			
Śniadanie	Chleb słonecznikowy z masłem hummus z suszonych pomidorów, szczypiorek (białko mleka, gluten z mąki pszennej) Kawa zbożowa z mlekiem (białko mleka, zboża zawierające gluten) Herbata z cytryną słodzona miodem pszczelim		
II śniadanie	Jabłko,		
Obiad	Zupa kalafiorowa z zacierką, warzywami, zieloną pietruszką, zabieleną śmietaną, (białko mleka, seler, gluten) , Ziemniaki z koperkiem, Sznycelki wieprzowe, Mizeria z ogórków świeżych z jogurtem naturalnym (białko mleka) Kompot wieloowocowy.	250g 150g 50g 50g 200g	81,45 kcal 135,3 kcal 93,0 kcal 14,0 kcal 114,0 kcal
Podwieczorek	Placek ucierany z rabarbarem (wypiek własny) (gluten mąki pszennej, białko mleka) , Herbata owocowa,		
PIĄTEK 10.05.2024 r.			
Śniadanie	Chleb tarnowski z masłem, pasta z sera białego i makreli, (ryba, gluten z mąki pszennej, białko mleka) Kawa zbożowa z mlekiem (białko mleka, zboża zawierające gluten) Herbata z cytryną słodzona miodem pszczelim		
II śniadanie	Banan,		
Obiad	Krupnik z kaszą, warzywami, zieloną pietruszką, zabieleny śmietaną (seler, zboża zawierające gluten) Pierogi ruskie (gluten, białko mleka) Jabłko, Kompot wieloowocowy.	250g 150g 50g 200g	230,0 kcal 327,0 kcal 28,5 kcal 114,0 kcal

Podwieczorek	Surówka z marchewki i jabłka z dodatkiem brzoskwini i suszonej żurawiny (białko mleka, gluten z maki pszennej) Sok owocowy.		
---------------------	--	--	--

Zupy w naszym przedszkolu są gotowane na pełnym bukietie jarzyn wraz z selerem.

Między posiłkami dzieci otrzymują do picia wodę mineralną niegazowaną.

W jadłospisie wyróżniono substancje lub produkty powodujące alergię lub reakcje nietolerancji występujące w posiłkach przygotowywanych w naszym przedszkolu i zawarte w załączniku II

do Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) NR 1169/2011 z dnia 25.11.2011 r.

Szczegółowy wykaz wartości kalorycznych i odżywczych znajduje się do wglądu u Pani Intendent.