

	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK 19.01.2026	Chleb pszenno- żytni (mąka mieszana) z masłem , „Schabem białym”, pomidorem, rukolą. Kakao z mlekiem 2%. Jabłko.	Zupa ogórkowa (wywar mięsno- warzywny, seler, śmietana 18 %) z ziemniakami. Naleśniki z serem białym i polewą jogurtową, (mleko, mąka pszenna, jajka) z brzoskwiniami. Kompot wieloowocowy.	Weka (mąka pszenna) z masłem, tuńczykiem , szczypiorkiem. Herbata owocowa z miodem i cytryną.
WTOREK 20.01.2026	Chleb razowy (mąka mieszana) z masłem , serkiem łaciatym (mleko), rzodkiewką i kiełkami. Herbata owocowa. Jabłko.	Krupnik (wywar mięsno- warzywny, seler) z kaszą jęczmienną i ziemniakami. Sznycelki- pieczone (łopatka wieprzowa, mąka pszenna, jajka), ziemniak, buraczki na ciepło (masło). Kompot owocowy.	Bagietka (mąka pszenna) z masłem . Ser mozzarella (mleko) z pomidorem i bazylią. Herbata z miodem i cytryną.
ŚRODA 21.01.2026	Chleb krakowski (mąka pszenno- żytnia) z masłem , szynką Pajdą, ogórkiem kiszonym. Kawa (żyto, jęczmień) z mlekiem 2%. Herbata z cytryną. Jabłko.	Zupa ziemniaczana (wywar mięsno- warzywny, seler, śmietana 18 %) z jarzynami. Spagetti (mąka pszenna) z sosem mięsno- pomidorowym (łopatka wieprzowa, pomidory pelatti). Warzywa do chrupania: marchewka, ogórek, papryka. Kompot.	Kasza kuskus (pszenica) z musem truskawkowym i jogurtem greckim (mleko).
CZWARTEK 22.01.2026	Płatki kukurydziane na mleku 2%. Weka (mąka pszenna) z masłem , pastą z jajek i sera białego (mleko) z zieloną cebulką. Herbata owocowa z cytryną. Jabłko.	Rosół wieprzowo- wołowy (wywar mięsno- warzywny, seler) z makronem (mąka pszenna, jaja). Mięso gotowane, ziemniaki. Marchewka mini z masłem . Kompot.	Ciasto czekoladowe (mąka pszenna, jajka, mleko)- wyrób własny. Sok jabłkowy- jednodniowy.
PIĄTEK 23.01.2026	Chleb krakowski (mąka pszenno- żytnia) z masłem , polędwicą drobiową, kolorową papryką. Kakao z mlekiem 2%. Jabłko.	Zupa grochowa z ziemniakami i kiełbasą (wywar warzywny, seler). Makaron (pszenica) z serem białym (mleko). Pomarańcza. Kompot wieloowocowy.	Mus jabłkowy. Chałka (mąka pszenna, jajka) z masłem .

*W przypadku alergii pokarmowych potwierdzonych zaświadczeniem, dzieci otrzymują zamienniki.

*Zgodnie z informacjami od producentów, niektóre produkty mogą zawierać śladowe ilości **alergenów: gluten, mleko, jaja, soja, skrobia pszenna, błonnik pszenny, seler, gorczyca i siarczany**.

*Woda dla dzieci bez ograniczeń.

*Jadłospis może ulec zmianie.

*Oznaczenie tłustym drukiem składniki stanowią substancje powodujące alergie lub reakcje nietolerancji na podstawie Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) NR 1169/2011 z dnia 25 października 2011r.

*Jadłospis opracowany zgodnie z Rozporządzeniem Ministra Zdrowia z dn. 26 lipca 2016r.

*Szczegółowy opis wartości odżywczych i kalorycznych, składników oraz receptur użytych do wyprodukowanych posiłków znajduje się do wglądu w kancelarii przedszkola.

*Średnie zapotrzebowanie na energię i składniki odżywcze w naszym przedszkolu wynosi **1020 KCAL (75% całodiennej normy żywieniowej dzieci 3-6 LAT)**

Intendent

Kucharka

Dyrektor