

	<b>ŚNIADANIE</b>	<b>OBIAD</b>	<b>PODWIECZOREK</b>
<b>PONIEDZIAŁEK</b> <b>24.03.2025</b>	Chleb krakowski (mąka <b>mieszana</b> ) z <b>masłem</b> , polędwicą drobiową, sałatą, pomidorem. Kakao z <b>mlekiem 2%</b> . Melon.	Zupa grochowa z ziemniakami i kiełbasą (wywar warzywny, <b>seler</b> ). Makaron (mąka <b>pszenna</b> ) z serem białym ( <b>mleko</b> ) i <b>masłem</b> z musem jabłkowym. Kompot owocowy.	Pizza z pieczarkami, serem i salami( <b>mąka pszenna, mleko</b> ) z ketchupem-wyrób własny. Pomidorki koktajlowe. Herbata z cytryną.
<b>WTOREK</b> <b>25.03.2025</b>	Chleb graham (mąka pszenna <b>graham</b> ) z <b>masłem</b> , serkiem capresse ( <b>mleko</b> ) z rzodkiewką i szczypiorkiem. Herbata owocowa z cytryną. Jabłko	Krem z białych warzyw (wywar warzywny, <b>seler, śmietana 18%</b> ) z groszkiem ptysiowym ( <b>pszenica</b> ). Gulasz wieprzowy (szynka, mąka <b>pszenna, masło</b> ), ziemniaki. Surówka z czerwonej kapusty z oliwą ( <b>cebula, jabłko</b> ). Kompot wieloowocowy.	Serek waniliowy ( <b>mleko, wanilia</b> )- wyrób własny. Chrupsy jabłkowe. Gofry suche bez cukru (mąka <b>pszenna, mleko</b> ).
<b>ŚRODA</b> <b>26.03.2025</b>	Chleb pszenno żytni ( <b>mąka mieszana</b> ) z <b>masłem</b> , szynką bukową, ogórkiem kiszonym. Kawa zbożowa ( <b>jęczmień, żyto</b> ) z <b>mlekiem 2%</b> . Herbata z cytryną. Jabłko.	Zupa jarzynowa z ziemniakami (wywar warzywny, <b>seler, śmietana 18%</b> ). Kaszotto z kaszą bulgur ( <b>pszenica</b> ) i mięsem (filet z kurczaka, marchewka, kukurydza, groszek). Kompot.	Weka (mąka <b>pszenna</b> ) z <b>masłem</b> , pastą z <b>makreli (ser biały, suszone pomidory, jajka, ogórek kiszony)</b> . Herbata owocowa z miodem i cytryną.
<b>CZWARTEK</b> <b>27.03.2025</b>	Płatki <b>owsiane na mleku 2%</b> z bakaliami ( <b>siarczany</b> )- orzechy mieszane, rodzyнки, słonecznik). Weka (mąka <b>pszenna</b> ) z masłem, pastą z <b>jajek</b> i sera białego ( <b>mleko</b> ) ze szczypiorkiem. Herbata owocowa z cytryną. Jabłko	Krupnik z jarzynami i kaszą <b>jęczmienną</b> (wywar mięsno- warzywny, <b>seler</b> ). Sznycelki pieczone(łopatka wieprzowa, mąka <b>pszenna, jajka</b> ), ziemniaki. Surówka z białej kapusty ze <b>śmietaną 18%</b> (papryka, kukurydza, cebulka). Kompot owocowy.	Drożdźówka zwijana z serem (mąka <b>pszenna, jajka, mleko</b> ). Sok marchewkowy z <b>selerem</b> .
<b>PIĄTEK</b> <b>28.03.2025</b>	<b>SZWEDZKI STÓŁ:</b> Chleb pszenno- żytni i orkiszowy (mąka <b>mieszana</b> ) z <b>masłem</b> , kabanos, polędwica drobiowa, ser żółty ( <b>mleko</b> ), sałata, papryka, ogórek kiszony. Herbata z cytryną. Jabłko	Zupa kalafiorowa (wywar mięsno- warzywny, <b>seler, śmietana 18%</b> ) z makaronem ( <b>mąka pszenna</b> ). Placki ziemniaczane z cukinią (mąka <b>pszenna, jajka</b> ) z jogurtem greckim ( <b>mleko</b> ), marchewka. Kompot owocowy.	Shake bananowy na bazie jogurtu naturalnego ( <b>mleko</b> )- wyrób własny. Wafle ryżowe w czekoladzie deserowej (ryż brązowy, biały, miazga kakaowa, cukier, tłuszcz kakaowy, emulgator z lecytyny, naturalny aromat waniliowy).

\*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 pszeniny, 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 **990 KCAL (75% całodziennej normy żywieniowej dzieci 3-6 LAT)**