

	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK 26.01.2026	Chleb pszenno- żytni (mąka mieszana) z masłem , szynką wiejską, pomidorem, sałatą. Kakao z mlekiem 2% . Jabłko.	Barszcz biały (wywar mięsno- warzywny, seler, śmietana 18% , zakwas pszenno- żytni) z ziemniakami. Omlety z jajek z musem truskawkowym i jogurtem greckim (mleko , mąka pszenna , jajka). Kompot wieloowocowy.	Tosty (mąka pszenna) z masłem , serem żółtym (mleko), szczypiorkiem i ketchupem. Herbata owocowa z cytryną.
WTOREK 27.01.2026	Chleb graham (mąka pszenna graham) z masłem , serkiem almette śmietankowym (mleko), szczypiorkiem, rzodkiewką. Herbata owocowa z cytryną. Jabłko.	Zupa pomidorowa (wywar warzywny, seler, śmietana 18%) z ryżem. Podudzia z kurczaka pieczone, ziemniaki, warzywa gotowane na parze z masłem (brokuł, marchewka, fasolka). Kompot wieloowocowy.	Serek straciatella (mleko , wanilia , czekolada gorzka)- wyrób własny. Pomarańcza. Chrupki kukurydżiane.
ŚRODA 28.01.2026	Chleb pszenno- żytni (mąka mieszana) z masłem , polędwicą bukową, ogórkiem kiszonym. Kawa zbożowa (jęczmień, żyto) z mlekiem 2% . Herbata z cytryną. Jabłko.	Zupa koperkowa (wywar mięsno- warzywny, seler, śmietana 18 %) z ziemniakami. Pierogi z serem i masłem (ser biały, mąka pszenna, jajka) . Gruszka. Kompot porzeczkowy.	Weka (mąka pszenna) z masłem , pasztetem „Szlacheckim” (mięso z królika, drobiu, wieprzowiny, jajka , warzywa, mąka pszenna, mleko) i ogórkiem. Herbata z miodem i cytryną.
CZWARTEK 29.01.2026	Płatki kukurydżiane na mleku 2 % . Weka (mąka pszenna) z masłem orzechowym . Herbata owocowa z cytryną. Jabłko.	Zupa kalafiorowa (wywar mięsno- warzywny, seler, śmietana 18 %) z makaronem (pszenica). Gulasz wieprzowy (masło , mąka pszenna), kasza gryczana. Surówka z czerwonej kapusty z oliwą (jabłko, cebula). Kompot.	Buleczka maślana (mąka pszenna, mleko, masło). Koktajl truskawkowy na jogurcie naturalnym (mleko)
PIĄTEK 29.01.2026	<u>SZWEDZKI STÓŁ:</u> Chleb pszenno- żytni (mąka mieszana) z masłem , ser żółty (mleko), serek capresse (mleko), szynka, ogórek, sałata, pomidor. Herbata z miodem i cytryną. Jabłko.	Krem z białych warzyw (wywar warzywny, seler, śmietana 30 %) z groszkiem ptysiowym (pszenica). Sznycelki z ryby miruny, pieczone, panierowana (mąka pszenna, jajko, mleko), ziemniaki, sałata lodowa z sosem jogurtowo-śmietanowym. (mleko). Lemoniada.	Ryż z jabłkami prażonymi z cynamonem z jogurtem greckim (mleko).

*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 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