

# JADŁOSPIS

dzieci przedszkole

| posiłek<br>potrawa/składnik | ilość | j.m. | alergeny |
|-----------------------------|-------|------|----------|
|-----------------------------|-------|------|----------|

## poniedziałek, 10 lutego 2025

|   |          |  |  |
|---|----------|--|--|
| <b>▶ śniadanie</b>                          |          |  |  |
| ● Płatki jęczmienne na mleku                | 1 x 200g |  | Zboża zawierające gluten, Mleko        |
| ● Orzechy nerkowca                          | 20 g     |  | Orzechy, Orzeszki ziemne               |
| ● Banan                                     | 90 g     |  |  |
| ● Herbata zimowa                            | 1 x 200g |  |  |
| <b>▶ obiad / I danie</b>                    |          |  |  |
| ● Barszcz ukraiński z fasolką i ziemniakami | 1 x 250g |  | Zboża zawierające gluten, Mleko, Seler |
| <b>▶ obiad / II danie</b>                   |          |  |  |
| ● Kurczak z warzywami po chińsku z ryżem    | 1 x 200g |  |  |
| ● Kompot z owoców mieszanych                | 1 x 200g |  |  |
| <b>▶ podwieczorek</b>                       |          |  |  |
| ● Budyń waniliowy na mleku z polewą owocową | 1 x 110g |  | Mleko                                  |
| ● Truskawki                                 | 50 g     |  |  |

## wtorek, 11 lutego 2025

|   |          |  |  |
|---|----------|--|--|
| <b>▶ śniadanie</b>                                |          |  |  |
| ● Chleb pszenno-żytni 1kg                         | 50 g     |  | Zboża zawierające gluten               |
| ● Masło ekstra 82% tł                             | 7 g      |  | Mleko                                  |
| ● Pasta z łososia i twarogiem                     | 1 x 40g  |  | Mleko, Ryby                            |
| ● Ogórek  | 25 g     |  |  |
| ● Rukola  | 3 g      |  |  |
| ● Kawa zbożowa na mleku                           | 1 x 200g |  | Zboża zawierające gluten, Mleko        |
| <b>▶ obiad / I danie</b>                          |          |  |  |
| ● Zupa krem z pomidorów z grzankami               | 1 x 250g |  | Zboża zawierające gluten, Mleko, Seler |
| <b>▶ obiad / II danie</b>                         |          |  |  |
| ● Zapiekanka ziemniaczana z kiełbaską i warzywami | 1 x 170g |  | Mleko                                  |
| ● Woda z cytryną i miętą                          | 1 x 200g |  |  |
| <b>▶ podwieczorek</b>                             |          |  |  |
| ● Babka   | 50 g     |  | Zboża zawierające gluten               |
| ● Napój czekoladowy-owsiany                       | 165 g    |  |  |
| ● Sałatka owocowa                                 | 1 x 100g |  |  |

## środa, 12 lutego 2025

|                       |      |  |                          |
|-----------------------|------|--|--------------------------|
| <b>▶ śniadanie</b>    |      |  |                          |
| ● Kajzerka            | 50 g |  | Zboża zawierające gluten |
| ● Masło ekstra 82% tł | 7 g  |  | Mleko                    |

# JADŁOSPIS

dzieci przedszkole

| posiłek<br>potrawa/składnik   | ilość                            | j.m. | alergeny                                   |
|---|----------------------------------|------|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>Serek wiejski twarogowy ziarnisty</li> <li>Miód pszczeli mały</li> <li>Jabłko</li> <li>Herbata owocowa zimowa</li> </ul> | 75 g<br>15 g<br>90 g<br>1 x 200g |      | Mleko                                      |
| ▶ <b>obiad / I danie</b>  |                                  |      |  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>Zupa krem z kukurydzy z popcornem</li> </ul>   | 1 x 250g                         |      | Zboża zawierające gluten,<br>Mleko, Seler  |
| ▶ <b>obiad / II danie</b>   |                                  |      |  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>Kurczak w sosie szpinakowo-śmietanowym z makaronem tagliatelle</li> <li>Kompot z owoców mieszanych</li> </ul>            | 1 x 210g<br>1 x 200g             |      | Zboża zawierające gluten,<br>Mleko         |
| ▶ <b>podwieczorek</b>   |                                  |      |  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>Pieczywo chrupkie</li> <li>Serek śmietankowy capresi</li> <li>Warzywa w słupkach</li> </ul>                              | 20 g<br>15 g<br>1 x 40g          |      | Zboża zawierające gluten<br>Mleko<br>Seler |

## czwartek, 13 lutego 2025

|  |   |  |  |
|--|---|--|--|
| ▶ <b>śniadanie</b>   |   |  |  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>Wek</li> <li>Masło ekstra 82% tł</li> <li>Szynka wiejska</li> <li>Ser żółty Gouda tłusty</li> <li>Papryka czerwona</li> <li>Rzodkiewka</li> <li>Kakao na mleku</li> </ul> | 50 g<br>7 g<br>10 g<br>10 g<br>15 g<br>15 g<br>1 x 200g |  | Zboża zawierające gluten<br>Mleko<br>Mleko<br>Mleko  |
| ▶ <b>obiad / I danie</b>   |   |  |  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>Zupa koperkowa z ziemniakami</li> </ul>   | 1 x 250g  |  | Mleko, Seler   |
| ▶ <b>obiad / II danie</b>  |   |  |  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>Pulpet rybny w sosie pomidorowym</li> <li>Kasza bulgur (pęczak)</li> <li>Surówka z kapusty</li> <li>Woda mineralna 5l</li> </ul>  | 1 x 130g<br>30 g<br>70 g<br>200 g                       |  | Zboża zawierające gluten,<br>Skorupiaki, Jaja, Ryby,<br>Mięczaki<br>Zboża zawierające gluten |
| ▶ <b>podwieczorek</b>  |   |  |  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>Koktajl malinowy</li> <li>Wafle ryżowe naturalne</li> <li>Mandarynka</li> </ul>   | 1 x 150g<br>1 szt.<br>60 g                              |  | Mleko  |

## piątek, 14 lutego 2025

|  |             |  |                                   |
|--|-------------|--|-----------------------------------|
| ▶ <b>śniadanie</b>   |             |  |                                   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>Chleb orkiszowy</li> <li>Masło ekstra 82% tł</li> </ul> | 50 g<br>7 g |  | Zboża zawierające gluten<br>Mleko |

# JADŁOSPIS

dzieci przedszkole

| posiłek<br>potrawa/składnik   | ilość                                    | j.m. | alergeny                 |
|---|--|------|--------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>● Ser mozarella</li> <li>● Kabanos</li> <li>● Ogórek kiszony</li> <li>● Pomidorki koktajlowe</li> <li>● Melisa</li> </ul>            | 15 g<br>10 g<br>15 g<br>20 g<br>1 x 200g |      | Mleko                    |
| <b>► obiad / I danie</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Zupa grochówka z ziemniakami</li> </ul>   | 1 x 250g                                 |      | Seler                    |
| <b>► obiad / II danie</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Ryż z jabłkiem zapiekany z polewą jogurtowo-waniliową</li> <li>● Sok owocowo - warzywny 200ml</li> </ul> | 1 x 180g<br>1 szt.                       |      | Mleko                    |
| <b>► podwieczorek</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Batonik z suszonych owoców bez cukru</li> <li>● Mus owocowy</li> <li>● Borówki</li> </ul>                    | 1 szt.<br>1 szt.<br>40 g                 |      | Orzechy, Orzeszki ziemne |