

JADŁOSPIS (1)

Kolorowy talerzyk przedszkolaka 16.03.2026-20.03.2026

	Śniadanie	Alergeny/ kcal	Obiad	Alergeny /kcal	Podwieczorek	Alergen /kcal
16.03	Płatki kukurydziane z mlekiem (200ml) Dżem brzoskwiniowy (10g) Chleb z masłem (40g) Herbata cytrynowa (200ml) Marchewka w talarkach	1,5,7,10 365 kcal	Krupnik z kaszą jęczmienną (250ml) Łazanki z kapustą i wiejską kielbasą (200g) Kompot owocowy (150ml)	1,3,7,9 580 kcal	Ciasto marchewkowe własnego wypieku (40g)	1,7 90 kcal
17.03	Chleb wiejski z masłem (40g) szynką (20g), sałatą zieloną i pomidorem (10g) Herbata z cytryną (200ml) Jabłko	1,6,7 315 kcal	Zupa z fasolki szparagowej (250g) Pulpety z szynki w sosie koperkowym (80g) Ziemniaki (100g), surówka z białej kapusty (50g) Kompot owocowy (150g)	1,7,9 565 kcal	Jogurt owocowy (100g)	1,7 150 kcal
18.03	Chleb pszenny z masłem (40g) z pastą z białego sera i pieczonych pomidorów (30g), sałata zielona, ogórek (10g) Herbata porzeczkowa (200ml) Pomarańcz	1,7 320 kcal	Zupa koperkowa z ryżem (250g) Potrawka z indyka z warzywami (100g), kasza bulgur (100g) Kompot owocowy (150g)	1,3,7,9 545 kcal	Paluchy drożdżowe z makiem (40g) Kakao (150g) Żurawina	7 180 kcal
19.03	Paróweczka drobiowa na ciepło(40g), chleb z masłem(40g) Herbata z cytryną (200ml) Ananas	1,3,6,7,10 345 kcal	Zalewajka z ziemniakami (250g) Pierogi ruskie (150g) Kompot owocowy (150g)	1,3,7,9 560 kcal	Kisiel z jabłkiem (100g) Wafelek ryżowy (10g)	130 kcal
20.03	Chleb pszenny z pastą z makreli i jajek ze szczypiorkiem (70g), sałata zielona, ogórek konserwowy(10g) Herbata (200g) Melon	1,3,4,6,7 350 kcal	Zupa brokułowa z ziemniakami (250g) Kluski na parze z sosem owocowym (200g) Kompot owocowy (150g)	1,3,7,9 575 kcal	Banan (80g) Chrupki kukurydziane (10g)	1,3,7 160 kcal

ALERGENY W POSIŁKACH:

1. Zboża zawierające gluten (pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz) oraz ich pochodne
2. Skorupiaki oraz ich produkty pochodne
3. Jaja i produkty pochodne
4. Ryby i produkty pochodne
5. Orzechy ziemne, arachidowe oraz ich produkty pochodne
6. Soja i produkty pochodne
7. Mleko i produkty pochodne
8. Orzechy, migdały, orzechy laskowe, włoskie, nerkowce itd. i ich pochodne
9. Seler i produkty pochodne
10. Nasiona sezamu i produkty pochodne
11. Dwutlenek siarki i siarczany w stężeniach pow. 10mg/kg
12. Łubin i produkty pochodne
13. Mięczaki i produkty pochodne

Do przygotowywania posiłków używane są przyprawy: pieprz czarny, majeranek, oregano, bazylia, tymianek, cukier wanilinowy. Zgodnie z informacjami producentów, mogą one zawierać śladowe ilości: glutenu, mleka, jaj, soi, selera, orzechów i gorczycy.