

JADŁOSPIS W DNIACH OD 24.03.2026 DO 07.04.2026

r.



DATA, DZIEŃ	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
WTOREK 24.03.2026r.	Chleb graham /25g/ masło, dżem /20g/, płatki owsiane na mleku (laktoza) /250g/, melon Wartość kaloryczna: 330,46 kcal	Zupa jarzynowa z makaronem (seler) /300g/ ziemniaki /150g/, przekładaniec z drobiu (filet, ser żółty, pieczarki, majonez) /100g/, surówka z kapusty włoskiej, marchwi, jabłek/80g/, kompot /200g/ Wartość kaloryczna: 487,27 kcal	Bułeczki drożdżowe z marmoladą (gluten) /70g/, koktajl mleczno-owocowy (truskawki) (laktoza) /200g/ Wartość kaloryczna: 344,94 kcal
ŚRODA 25.03.2026r.	Chleb mieszany (gluten) /50g/, masło, szynka /25g/, pomidor, ogórek, papryka żółta, kawa z mlekiem /200ml/,szczypiorek Wartość kaloryczna: 347,91 kcal	Zupa krupnik z kaszą wiejską (seler) /300ml/ ziemniaki /150g/, jajko w sosie koperkowym (laktoza, jaja), surówka z marchwi i chrzanu /80g/ kompot /200g/ Wartość kaloryczna: 425,31 kcal	Musli owocowe (laktoza, gluten) /150g/, herbatnik /15g/ Wartość kaloryczna: 146,93 kcal

<p>CZWARTEK 26.03.2026r.</p>	<p>Chleb graham /25g/, pasta z sera białego i awokado (laktoza) /50g/, płatki kukurydziane na mleku /250g/, mango Wartość kaloryczna: 386,83 kcal</p>	<p>Rosół z makaronem (antrykot, szponder) /300g/ ziemniaki /150g/, mięso mielone duszone (90g), mizeria ze śmietaną (laktoza) /80g/, kompot /200g/ Wartość kaloryczna: 354,96 kcal</p>	<p>Żółwiki (jabłko, jogurt Monte) (laktoza) /120g/, biszkopcik Wartość kaloryczna: 65,10 kcal</p>
<p>PIĄTEK 27.03.2026r.</p>	<p>Chleb razowo-żytni (gluten) /25g/, sałata zielona, jajko, pomidor, szczypiorek, kawa z mlekiem /200g/, mandarynka Wartość kaloryczna: 325,88 kcal</p>	<p>Zupa brokułowa z groszkiem ptysiowym (seler) /250g/ ziemniaki /150g/, ryba smażona (ryba, gluten) /90g/, surówka z kiszanej kapusty, marchwi, jabłek /80g/, kompot wieloowocowy /200g/ Wartość kaloryczna: 529,93 kcal</p>	<p>Krem serowy z malinami (laktoza) /150g/, chrupki kukurydziane /15g/ Wartość kaloryczna: 133,23 kcal</p>
<p>PONIEDZIAŁEK 30.03.2026r.</p>	<p>Chleb z siemieniem (gluten) /25g/, masło, półmisek różności (szynka, rzodkiewka, sałata, pomidor, szczypiorek) kawa z mlekiem /200g/ (laktoza) Wartość kaloryczna: 344,40kcal</p>	<p>Zupa koperkowa z ziemniakami (seler) /250g/ naleśniki z serem i musem truskawkowym (gluten, jaja, laktoza) /200g/, kompot /200g/ Wartość kaloryczna: 576,14 kcal</p>	<p>Weka z masłem (gluten) /40g/, sałatka z ciecierzycy /100g/, herbata z cytryną /200 g/ Wartość kaloryczna: 188,46 kcal</p>
<p>WTOREK 31.03.2026r.</p>	<p>Chleb graham (gluten) /25g/, masło, ser żółty (laktoza) /25g/, papryka, sałata zielona, szczypiorek, ryż na mleku /250g/, pomarańcza Wartość kaloryczna: 372,66kcal</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem (seler) /250g/ ziemniaki, kluski śląskie /150g/, gulasz wieprzowy /100g/, surówka z czerwonej kapusty i jabłek /80g/, kompot /200g/ Wartość kaloryczna: 544,61kcal</p>	<p>Kisiel owocowy (truskawka) /150g/, ciastko serowe - wyrób własny (laktoza, gluten) /50g/ Wartość kaloryczna: 197,22kcal</p>

<p>ŚRODA 01.04.2026r.</p>	<p>Chleb razowo-żytni (gluten) /25g/, jajecznicza na wędzonce (jaja) /100g/, szczypiorek, kawa zbożowa z mlekiem /200g/, kiwi Wartość kaloryczna: 442,62 kcal</p>	<p>Zupa ziemniaczana zabieleniana (seler, laktoza) /250g/ racuchy drożdżowe z jabłkiem (gluten, jaja) /200g/, kompot /200g/ Wartość kaloryczna: 503,90 kcal</p>	<p>Weka z masłem, sałatka wiosenna (jajko, pomidor, rzodkiewka, ser, ogórek) /100g/, szynka, herbata z miodem /200g/, melon Wartość kaloryczna: 173,70 kcal</p>
<p>CZWARTEK 02.04.2026r.</p>	<p>Chleb graham (gluten) /25g/, masło, serek topiony (laktoza) /30g/, pomidor, szczypiorek, kasza jaglana na mleku /250g/ Wartość kaloryczna: 337,71kcal</p>	<p>Zupa kminkowa z makaronem (seler, gluten) /250g/ ziemniaki /150g/, pulpeciki drobiowe w sosie pieczarkowym /100g/, ćwikła z chrzanem, kompot /200g/ Wartość kaloryczna: 396,18 kcal</p>	<p>Sałatka owocowa (gruszka, kiwi, pomarańcza) z bitą śmietaną (laktoza) /150g/, ciastko kruche /20g/ Wartość kaloryczna: 332,08kcal</p>
<p>PIĄTEK 03.04.2026r.</p>	<p>Chleb mieszany (gluten) /25g/, makrela w pomidorach (ryba) /50g/, szczypiorek, kawa z mlekiem /200g/, mandarynka Wartość kaloryczna: 338,60 kcal</p>	<p>Zupa z omielanego grochu z ziemniakami (seler) /250g/ ryż z koktajlem (laktoza) /250g/, kompot /200g/ Wartość kaloryczna: 351,46kcal</p>	<p>Banan, jogurt (laktoza) /150g/, biszkopt Wartość kaloryczna: 181,18kcal</p>
<p>WTOREK 07.04.2026r.</p>	<p>Chleb graham (gluten) /25g/, pasta jajeczna (jaja) /50g/, grysik na mleku (laktoza) /250ml/, melon Wartość kaloryczna: 364,82 kcal</p>	<p>Zupa ogórkowa z ziemniakami (seler) /250g/ makaron z jabłkami (gluten, laktoza) /250g/ kompot /200g/kiwi Wartość kaloryczna: 434,97 kcal</p>	<p>Weka z masłem, pasztet (gluten), ogórek, szczypiorek, jabłko, herbata z cytryną /200g/gruszka Wartość kaloryczna: 139,14kcal</p>

- 1. Pogrubione czcionką składniki zgodnie z Rozporządzeniem Parlamentu Europejskiego I Rady Nr 1169/2011 z dnia 25 października 2011 r. zawierając substancję lub produkty, które mogą powodować alergię lub reakcje nietolerancji występujące w posiłkach przygotowywanych w naszym przedszkolu.**
- 2. Z przyczyn obiektywnych i niezależnych jadłospis może ulec zmianie zwłaszcza w zakresie podawanych warzyw i owoców oraz dań z nich przygotowanych.**
- 3. Między posiłkami dzieci otrzymują do picia wodę źródlaną.**

DYREKTOR PRZEDSZKOLA

INTENDENT

KUCHARKA