

JADŁOSPIS

07.03-10.04.2026	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Wartości odżywcze
WTOREK 07.03.2026	Chleb pszenny i orkiszowy z masłem, szynką gotowaną z kurczaka i ogórkiem zielonym Herbata OWOC: winogrono	I danie: żurek- 250 ml II danie: naleśniki z twarogiem i frużeliną truskawkową (200g), kompot wieloowocowy (150ml)	Kanapka z pastą z ciecierzycy, słupki marchewki Herbata z cytryną	Energia: 1001 kcal Białko: 39 g Tłuszcze: 27 g Węglowodany: 158 g
Alergeny:	gluten, mleko, seler, soja, jaja			
ŚRODA 08.04.2026	Jajecznica ze szczypiorkiem, chleb pszenny i orkiszowy z masłem, sałatą i pomidorem Kawa mleczna/Herbata OWOC: gruszka	I danie: zupa krupnik- 400 ml II danie: makaron ze szpinakiem i pomidorkami koktajlowymi (250g), kompot wieloowocowy (200ml)	Chałka z frużeliną truskawkową Herbata	Energia: 1002 kcal Białko: 42 g Tłuszcze: 31 g Węglowodany: 148 g
Alergeny:	gluten, mleko, seler, soja, jaja			
CZWARTEK 09.04.2026	Kasza manna na mleku, pieczywo zwykłe i razowe z masłem, sałatą, polędwicą sopocką i papryką Herbata OWOC: jabłko	I danie: rosół z makaronem- 250 ml II danie: udko z kurczaka (150g) z ziemniakami (150g) i surówką z białej kapusty (80g), kompot wieloowocowy (200ml)	Rogal maślany z żółtym serem i papryką Herbata	Energia: 983 kcal Białko: 43 g Tłuszcze: 28 g Węglowodany: 144 g
Alergeny:	gluten, mleko, seler, soja			
PIĄTEK 10.04.2026	Chleb pszenny i orkiszowy z masłem serkiem kanapkowym, sałatą i rzodkiewką lub dżemem truskawkowym Kakao/Herbata OWOC: kiwi	I danie: zupa jarzynowa - 250 ml II danie: paluszki rybne (100g) z ziemniakami (100g) i surówką z kapusty kiszzonej (60g), kompot wieloowocowy (150ml)	Mus owocowy, chrupki kukurydziane Woda z cytryną	Energia: 950 kcal Białko: 39 g Tłuszcze: 29 g Węglowodany: 139 g
Alergeny:	gluten, mleko, seler, jaja, soja, ryby			
Pełen wykaz składników w przygotowanych posiłkach dostępny w sekretariacie PRZEDSZKOLE ZASTRZEGA SOBIE PRAWO DO ZMIAN W JADŁOSPISIE				