

	JADŁOSPIS DZIENNY	MAJ
	PRZEDSZKOLE PUBLICZNE W SKIDZINIU	19.05-23.05.2025r.

1.ŚNIADANIA:

Poniedziałek- Bułka kajzerka z masłem⁷, serem żółtym⁷ pomidor

herbata owocowa, **B:14g T:11g W:49g Kcal 341**

Wtorek- Graham z masłem⁷, twarogiem z ogórka zielonego, rzodkiewki i szczypiorku⁷

herbata owocowa, marchewka , **B:11,11g T:12,41g W:49 Kcal 333**

Środa - Chleb pszenny z masłem^{1,3,7}, szynka drobiowa , papryka czerwona,

herbata z miodem i cytryną **B:14,3g T:11,34g W:44,56g Kcal 322**

Czwartek- Weka z masłem¹³, jogurt owocowy⁷, herbata,

banany **B:11 T:12 W:47 Kcal 286**

Piątek -- Bułka wieloziarnista¹ z masłem⁷, pasta z tuńczyka⁹, ogórek kiszony

owoce, herbata owocowa **B:13 T:13g W: 49g Kcal 365**

2. OBIADY- CATERING:

Poniedziałek - Zupa ziemniaczana (250ml)

Ryż z koktajlem truskawkowym (z,m)

Kompot (150 ml) **Kcal 610**

Wtorek- Zupa szpinakowa z makaronem (250ml) (z,m,j)

Filet drobiowy soute, ziemniaki, mizeria (m)

Kompot (150 ml) **Kcal 495**

Środa—Suchy prowiant -wycieczka

Czwartek -Zupa koperkowa z ryżem (250ml) (z)

Klopsiki w sosie pieczarkowym, kasza jęczmienna, buraczki

Kompot (150 ml) **Kcal 590**

Piątek- Rosół z makaronem (250ml) (z,m,j)

Jajko w sosie chrzanowym, ziemniaki, surówka z marchewki (m,j)

Kompot (150 ml) **Kcal 533**

LEGENDA ALERGENY; Z- Zboża, J-Jajka, S- Seler, M-Mleko

3. PODWIECZORKI:

Poniedziałek - Musy owocowe

B: 0,55 T:2,67 W:42,19g Kcal 197

Wtorek- Parówka w cieście francuskim

B:12g T:4,4g W:6,7g Kcal 169

Środa- Lubisie z nadzieniem mlecznym^{1,3,7},

B:1,64g T:2,2g W:42,2g Kcal 288.

Czwartek – Sok Kubuś

B:11 84g.T: 5,3g W 19,4g Kcal 190

Piątek- Batonik z ziarnami zbóż^{1,7} Kinder Country

B:2,0g T:7,9 W:12,9g Kcal 132

1.	Zboża zawierające gluten (tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich szczepu hubrydowe) i produkty pochodne	8.	Orzechy tj. migdały, orzechy laskowe , orzechy włoskie, nerkowce , orzechy pekan , orzechy brazylijskie, pistacje, orzechy makadamie i produkty pochodne
2.	Skorupiaki i produkty pochodne	9.	Seler zwyczajny i produkty pochodne
3.	Jajka i produkty pochodne	10.	Gorczyca i produkty pochodne
4.	Ryby i produkty pochodne	11.	Nasiona sezamu i produkty pochodne
5.	Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne	12.	Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/l w przeliczeniu na SO2
6.	Soja i produkty pochodne	13.	Łubin i produkty pochodne
7.	Mleko i produkty pochodne	14.	Mięczaki i produkty pochodne