

JADŁOSPIS przedszkole 22.12.2025r. - 31.12.2025r.

Informacja o alergenach przekazana jest w oparciu o Rozporządzenie Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) nr 1169/2011 z dnia 25.10.2011 r. w sprawie przekazywania konsumentom informacji na temat żywności.

Oznaczenia alergenów występujących w posiłkach:

1 - Zboża zawierające gluten; 2 - Skorupiaki i produkty pochodne; 3 - Jaja i produkty pochodne; 4 - Ryby i produkty pochodne; 5 – Orzeszk i ziemne (arachidowe); 6 - Soja i produkty pochodne; 7 - Mleko i produkty pochodne; 8 – Orzechy; 9 - Seler i produkty pochodne; 10 - Gorczyca i produkty pochodne; 11 - Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12 - Dwutlenek siarki; 13 – Łubin; 14 – Mięczaki

Przyprawy stosowane do przyrządzania potraw:

ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, oregano, zioła prowansalskie, papryka mielona, czosnek granulowany, sól o obniżonej zawartości sodu, pieprz, kurkuma, lubczyk, rozmaryn, estragon, tymianek, cebula w proszku, suszona skórka z cytryny.

Produkty z których przygotowywane są posiłki dla dzieci z dietą bezglutenową:

mąka ryżowa, ryż biały i brązowy, mąka kukurydziana, mąka ziemniaczana, kasza gryczana, kasza jagłana, makaron bezglutenowy, pieczywo bezglutenowe, masło, olej rzepakowy, mleko, kefir, jogurt naturalny, sery twarogowe, ser żółty, wędlina, mięso, ryby, jaja, warzywa, cukier, miód, galaretki, kisiel, budyń, soki owocowe, owoce, zioła, przyprawy.

Dieta lekkostrawna:

Przy diecie lekkostrawnej potrawy przygotowywane są na parze, w wodzie, duszone lub pieczone w folii. Produkty które występują w menu zamieniane są na artykuły które dzieci mogą spożywać przy ww. diecie.

	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK 22.12.2025r.	Pieczywo 75g, masło 10g, wędlina 40g, ogórek zielony 25g, rzodkiewka 10g, pomidor 25g, dżem 15g, herbata 200ml, kakao 200ml (1,3,4,7)	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 200g, makaron z kielbasą i cebulką 150g, kompot owocowy 200ml, (1,3,7,9,10)	Gruszka
WTOREK 23.12.2025r.	Pieczywo 75g, masło 10g, kielbaski na gorąco 60g, ketchup 10g, ogórek kiszony 22,5g, pomidor ze szczypiorkiem 27,5g herbata 200ml, zupa mleczna – zacierka 125ml (1,3,4,7)	Zupa z fasolki szparagowej z makaronem 200g, ziemniaki z koperkiem 125g, stek z cebulką 50g, marchewka z jabłkiem 50g, lemoniada 200ml, (1,3,7,9,10)	Banan
PONIEDZIAŁEK 29.12.2025r.	Pieczywo 75g, masło 10g, jajko na twardo 1 szt., wędlina 40g, miód 15g, papryka czerwona 17,5g, ogórek zielony 25g, herbata 200ml, kakao 200ml (1,3,4,7)	Rosolnik z makaronem 200g, naleśniki z dżemem 150g, woda mineralna 200ml(1,3,7,9,10)owoc	Galaretka owocowa
WTOREK 30.12.2025r.	Pieczywo 75g, masło 10g, pasta kielbasiana 40g, ser żółty 20g, pomidor 25g, rzodkiewka 10g, ogórek kiszony 45g, herbata 200ml, miód 30g, zupa mleczna - płatki czekoladowe 250ml (1,3,4,7)	Zupa szczawiowa z ryżem 200g, pieczonki 150g, kompot owocowy 200ml (1,3,7,9,10)	Jabłko
ŚRODA 31.12.2025r.	Pieczywo 75g, masło 10g, powidła 15g, wędlina 40g, pomidor 25g, miód 15g, ogórek zielony 25g, rzodkiewka 10g, herbata 200ml, kawa inka 200ml	Krupnik 200g, ziemniaki z koperkiem 125g, paluszki rybne 50g, surówka z kiszonej kapusty 50g, woda mineralna 200ml, (1,3,7,9,10)	Mus