

JADŁOSPIS PRZEDSZKOLE 09.03.2026r. – 13.03.2026r.

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 - Orzeszki 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 jaglana, 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 09.03.2026r.	Pieczywo 75g, masło 120g, wędlina 40g, papryka czerwona 71,5g, ogórek kiszony 22,5g, dżem 15g, sałata zielona, rzodkiewka 10g, herbata 200ml, zupa mleczna- płatki kukurydziane 125ml (1,7)	Żurek z kiełbaską i jajkiem 200g, spaghetti 150g, woda mineralna 200ml (1,3,7,9,10) owoc	Jabłko
WTOREK 10.03.2026r.	Pieczywo 75g, masło 10g, jajecznica ze szczypiorkiem 70g, wędlina 20g, ogórek zielony 25g, pomidor 25g, dżem 15g, herbata 200ml, kakao 200ml (1,7)	Zupa pieczarkowa z makaronem 200g, ziemniaki z koperkiem 125g, pieczeń ze schabu 50g, surówka z ogórka kiszzonego 40g, lemoniada 200ml (1,3,7,9,10)	Budyń
ŚRODA 11.03.2026r.	Pieczywo 75g, masło 10g, wędlina 20g, ser żółty 20g, ogórek kiszony 22,5g, rzodkiewka 10g, pomidor 22,5g, dżem 15g, herbata 200ml, kakao 200ml (1,7)	Kapuśniak z ziemniakami 200g, makaron z serem 150g, kompot owocowy 200ml (1,3,7,9,10)	Banan
CZWARTEK 12.03.2026r.	Pieczywo 75g, masło 10g, parówka na gorąco 60g, ketchup 10g, papryka czerwona 17,5g, pomidor 25g, herbata 200ml, zupa mleczna- płatki owsiane 1250ml (1,7)	Rosół z makaronem 200g, ziemniaki z koperkiem 125g, podudzie pieczone 1 szt, marchewka duszona 50g, kompot owocowy 200ml (1,3,7,9,10)	Pomarańcza
PIĄTEK 13.03.2026r.	Pieczywo 75g, masło 10g, twaróg na słodko 50g, wędlina 20g, ogórek kiszony 22,5g, pomidor 25g, rzodkiewka 10g, miód 15g, herbata 200ml, kawa inka 200ml (1,7)	Krupnik z kaszą jęczmienną 200g, ziemniaki z koperkiem 125g, paluszki rybne 50g, surówka z kapusty kiszzonej 50g, woda mineralna 200ml (1,3,7,9,10) owoc	Mus owocowy