

JADŁOSPIS przedszkole 30.03.2026r. – 31.03.2026r.

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 30.03.2026r.	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 (1,3,4,7)	Zupa szczawiowa z ryżem 200g, ziemniaki z koperkiem 125g, jajko sadzone 1 szt., warzywa z wody z masłem i bułką tartą 50g, woda mineralna 200ml (1,3,7,9,10) owoc	Gruszka
WTOREK 31.03.2026r.	Pieczywo 75g, masło 10g, jajecznica ze szczypiorkiem 70g, wędlina 20g, ogórek zielony 25g, pomidor 25g, rzodkiewka 20g, dżem 15g, herbata 200ml, kakao 200ml (1,3,4,7)	Rosół z makaronem 200g, ziemniaki z koperkiem 125g, pieczeń z indyka 50g, surówka wielowarzywna 40g, kompot owocowy 200ml (1,3,7,9,10)	Galaretka z truskawkami