

Data	I Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Wartości odżywcze
Poniedziałek 06.11.23	Kanapka z masłem i żółtym serem (mleko krowie gluten) sałata papryka herbata banan	Chałka (mleko krowie gluten jaja) z dżemem o obniżonej zawartości cukru herbata owocowa	Zupa ogórkowa (seler mleko krowie) kasza bul-gur (gluten) gulasz z indyka z warzywami buraczki duszone (mleko krowie) kompot wieloowocowy	Kalorie: 1059kcal Białko: 38g Tłuszcz: 37g Węglowodany: 149g w tym błonnik: 14g Sód: 1086mg
Wtorek 07.11.23	Zupa mleczna z płatkami jaglanymi (mleko krowie gluten) kanapka z masłem (mleko krowie gluten) pomidor rzodkiewka herbata owocowa	Budyń waniliowy (mleko krowie) mandarynka	Zupa krupnik (seler) makaron z jogurtem (mleko krowie gluten jaja) i polewą owocową herbata ziołowa	Kalorie: 1069kcal Białko: 34g Tłuszcz: 31g Węglowodany: 140g w tym błonnik: 13g Sód: 1143mg
Środa 08.11.23	Kanapka z masłem (mleko krowie gluten) i szynką wieprzową ogórek zielony herbata ziołowa	Placuszki marchewkowo-jabłkowe (mleko krowie gluten jaja) kawa inka na mleku (mleko krowie)	Zupa zacierkowa (seler gluten jaja) ziemniaki udko pieczone marchewka mini (mleko krowie) lemoniada z cytryną	Kalorie: 1078kcal Białko: 40g Tłuszcz: 39g Węglowodany: 130g w tym błonnik: 14g Sód: 1243mg
Czwartek 09.11.23	Zupa mleczna z kluskami lanymi (mleko krowie gluten jaja) kanapka z masłem (mleko krowie gluten) papryka rzodkiewka herbata pomarańcza	Salatka makaronowa z serem fetą i mozzarellą(mleko krowie gluten jaja) i warzywami herbata owocowa	Zupa jarzynowa(seler mleko krowie) kasza jęczmienna (gluten) fasolka po bretońsku z marchewką herbata ziołowa	Kalorie: 1087cal Białko: 39g Tłuszcz: 35g Węglowodany: 134g w tym błonnik: 14g Sód: 1331mg
Piątek 10.11.23	Kanapka z pastą z indyka (mleko krowie gluten) pomidor herbata owocowa	Pianka owocowa (mleko krowie) z polewą czekoladową	Żurek z jajkiem (mleko krowie jaja) fishburger (gluten jaja) z warzywami i dipem czosnkowym (mleko krowie) kompot owocowy	Kalorie: 1075kcal Białko: 41g Tłuszcz: 38g Węglowodany: 146g w tym błonnik: 15g Sód: 1246mg



Jadłospis z uwzględnieniem diet. Woda mineralna i herbata do picia między posiłkami.

Bukiet warzyw i owoców dla dzieci pozostających po godz. 16.30

Dyrektor przedszkola zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.

***Owoce i warzywa podlegają wymianie zgodnie z tabelą wymienników jabłek stanowiącej załącznik do Karty Dań VitaMenu**

Szczegółowa lista alergenów występujących w serwowanych posiłkach dostępna u Specjalisty ds. żywienia.