

Data	I Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Wartości odżywcze
Poniedziałek 11.09.2023	Kanapki z masłem (gluten mleko krowie) i szynką z indyka papryka herbata owocowa	Rogalik drożdżowy (gluten jaja mleko krowie) kakao (mleko krowie)	Zupa grochowa (seler) naleśniki z serem(gluten mleko krowie jaja) i polewą owocową herbata ziołowa	Kalorie: 1078 kcal Białko: 40g Tłuszcz: 33g Węglowodany: 135g w tym błonnik: 14g Sód: 1028mg
Wtorek 12.09.2023	Zupa mleczna z płatkami ryżowymi (mleko krowie) kanapka z masłem (mleko krowie gluten) rzodkiewka herbata owocowa	Budyń waniliowy(mleko krowie) brzoskwinia świeża	Zupa pieczarkowa (seler mleko krowie) kasza jęczmienna(gluten) bitki z indyka buraczki duszone (mleko krowie) kompot	Kalorie: 1080kcal Białko: 32g Tłuszcz: 30g Węglowodany: 122g w tym błonnik: 12g Sód: 1146mg
Środa 13.09.23	Kanapka z pastą z szynki i jaj (gluten mleko krowie jaja) pomidor herbata owocowa arbuz	Pianka z owocami na bazie jogurtu naturalnego (mleko krowie) z polewą czekoladową	Zupa krem witaminka (seler mleko krowie) ryż z jabłkiem prażonym i jogurtem naturalnym (mleko krowie) herbata ziołowa	Kalorie: 1078 kcal Białko: 35g Tłuszcz: 34g Węglowodany: 121g w tym błonnik: 13g Sód: 1237mg
Czwartek 14.09.23	Zupa mleczna z płatkami owsianymi(mleko krowie) kanapka z masłem(gluten mleko krowie) ogórek zielony herbata	Placuszki marchewkowo-jabłkowe (gluten jaja mleko krowie) herbata ziołowa	Żurek z jajkiem (seler mleko krowie jaja) potrawka mięsno-warzywna z makaronem (gluten jaja) kompot	Kalorie: 1068 kcal Białko: 34g Tłuszcz: 39g Węglowodany: 128g w tym błonnik: 12g Sód: 1219mg
Piątek 15.09.23	Serek wiejski(mleko krowie) grahamka z masłem(mleko krowie) rzodkiewka herbata owocowa	Kasza manna (gluten mleko krowie) z sokiem malinowym banan	Zupa buraczkowa(seler mleko krowie) ziemniaki kotlet z ryby miruny (gluten jaja ryba) surówka z kapusty kwaszonej z marchewką lemoniada z cytryną	Kalorie: 1072kcal Białko:40g Tłuszcz: 42g Węglowodany: 134g w tym błonnik: 13g Sód: 1321mg



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.