

| Data | I Śniadanie | II Śniadanie | Obiad | Wartości odżywcze |
|----------------------------------|---|--|---|--|
| Poniedziałek 16.10.23 | Kanapka z masłem (mleko krowie gluten) i szynką z indyka pomidor herbata owocowa | Budyń czekoladowy (mleko krowie) jabłko | Zupa krem marchewkowo-dyniowa (seler) pierogi z serem i truskawkami polane jogurtem naturalnym(mleko krowie) herbata ziołowa | Kalorie: 1068kcal Białko: 38g Tłuszcz: 31g Węglowodany: 116g w tym błonnik: 12g Sód: 1323mg |
| Wtorek 17.10.23 | Zupa mleczna z płatkami jaglanymi (mleko krowie) kanapka z masłem (mleko krowie gluten) ogórek zielony rzodkiewka herbata owocowa | Rogalik maślany (gluten jaja mleko krowie) kakao(mleko krowie) | Zupa pomidorowa z makaronem (seler mleko krowie) ziemniaki nugetsy w panierce z płatków kukurydzianych (jaja) marchewka z groszkiem (mleko krowie) kompot owocowy | Kalorie: 1079kcal Białko: 41g Tłuszcz: 33g Węglowodany: 135g w tym błonnik: 12g Sód: 1123mg |
| Środa 18.10.23 | Kanapka z pastą indyka (gluten mleko krowie) rzodkiewka herbata ziołowa banan | Kisiel z owocami wafelek ryżowy | Zupa grochowa(seler) kasza gryczana gulasz wieprzowy z warzywami ogórek kwaszony sok malinowy | Kalorie: 1086kcal Białko: 43g Tłuszcz: 34g Węglowodany: 135g w tym błonnik: 14g Sód: 1356g |
| Czwartek 19.10.23 | Zupa mleczna z kaszą manną (mleko krowie gluten) kanapka z masłem (gluten mleko krowie) ogórek zielony rzodkiewka herbata owocowa | Bułka śniadaniowa z masłem i żółtym serem (mleko krowie gluten) sałata pomidor herbata owocowa | Zupa kalafiorowa (seler mleko krowie) ryż ratatuj z warzywami kompot wieloowocowy | Kalorie: 1077cal Białko: 37g Tłuszcz: 30g Węglowodany: 157 w tym błonnik: 17g Sód: 1321g |
| Piątek 20.10.23 | Bułka grahamka z serkiem wiejskim (mleko krowie) papryka herbata owocowa | Bukiet owocowy (mandarynka banan jabłko) | Rosół z makaronem (seler gluten jaja) ziemniaki ryba miruna pieczona (ryba) mizeria z jogurtem naturalnym (mleko krowie) herbata owocowa | Kalorie: 1069kcal Białko: 38g Tłuszcz: 32g Węglowodany: 136g w tym błonnik: 16g Sód: 1234g |



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.