

Data	I Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Wartości odżywcze
Poniedziałek 19.02.2024	Jogurt naturalny z owocami (mleko krowie) chałka z masłem (mleko krowie gluten) herbata	Budyń czekoladowy (mleko krowie) herbata owocowa	Zupa grochowa (seler) gulasz drobiowy z warzywami (gluten) kasza gryczana kompot owocowy	Kalorie: 1068kcal Białko: 40g Tłuszcz: 35g Węglowodany: 125g w tym błonnik: 14g Sód: 1233mg
Wtorek 20.02.2024	Płatki owsiane na mleku (mleko krowie) kanapka z pomidorem (gluten mleko krowie) herbata owocowa	Prażone jabłko z cynamonem herbata ziołowa	Kapuśniaczek (seler) pierogi z owocami z polewą jogurtową (gluten, mleko krowie) kompot owocowy	Kalorie: 1071kcal Białko: 42g Tłuszcz: 31g Węglowodany: 135g w tym błonnik: 13g Sód: 1354mg
Środa 21.02.2024	Kanapka z soczewicą ogórkiem kiszonym i papryką (mleko krowie gluten) herbata owocowa	Buleczki drożdżowe z twarogiem (gluten, mleko krowie) kawa inka (mleko krowie)	Krem z białych warzyw (seler, mleko krowie, gluten) bitki wieprzowe w sosie władnym (gluten) kasza jęczmienna (gluten) mini marchewki z koperkiem lemoniada z cytryną	Kalorie: 1058kcal Białko: 43g Tłuszcz: 34g Węglowodany: 155g w tym błonnik: 12g Sód: 1377mg
Czwartek 22.02.2024	Zupa mleczna z płatkami ryżowymi (mleko krowie) kanapka z rzodkiewką (gluten, mleko krowie) herbata ziołowa	Salatka makaronowa z grillowanym indykiem i warzywami (gluten) herbata ziołowa	Zupa ogórkowa (seler, gluten, mleko krowie) ratatuj z warzywami (gluten) ryż kompot owocowy	Kalorie: 1077cal Białko: 38g Tłuszcz: 30g Węglowodany: 125g w tym błonnik: 13g Sód: 1214mg
Piątek 23.02.2024	Jajecznica (jaja) kanapka z pomidorem (mleko krowie gluten) herbata zimowa	Shake owocowy na maślanie (mleko krowie) wafelek ryżowy	Rosół z makaronem (seler, gluten) kotlety rybno ziemniaczane surówka z kiszonej kapusty z marchewką i koperkiem kompot owocowy	Kalorie: 1085cal Białko: 40g Tłuszcz: 34g Węglowodany: 134g w tym błonnik: 12g Sód: 1256mg



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.