

Data	I Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Wartości odżywcze
<b>Poniedziałek 30.11.23</b>	Kanapka z masłem( mleko krowie gluten) i szynką z indyka sałata ogórek zielony herbata	Placek drożdżowy (mleko krowie gluten jaja) kakao (mleko krowie)	Zupa witaminka(seler mleko krowie) spaghetti (gluten jaja ) z mięsem i warzywami ogórek kwaszony kompot owocowy	<b>Kalorie: 1069kcal</b> Białko: 40g Tłuszcz: 37g Węglowodany: 139g w tym błonnik: 15g Sód: 1087mg
<b>Wtorek 31.11.23</b>	Zupa mleczna z zacierką (mleko krowie gluten jaja) kanapka z masłem (mleko krowie gluten ) pomidor winogrona herbata owocowa	Budyń czekoladowy (mleko krowie ) wafelek ryżowy	Zupa z soczewicy (seler) ryż z polewą jogurtowo- owocową (mleko krowie) herbata ziołowa	<b>Kalorie: 1079kcal</b> Białko: 41g Tłuszcz: 33g Węglowodany: 145g w tym błonnik: 12g Sód: 1123mg
<b>Środa 01.11.23</b>	-----	-----	-----	-----
<b>Czwartek 02.11.23</b>	Kanapka z masłem i szynką drobiową (gluten mleko krowie) ogórek kwaszony herbata	Kasza kus-kus z warzywami (gluten) herbata owocowa	Zupa pomidorowa z ryżem (mleko krowie ) kartacze z mięsem ogórek zielony sok malinowy	<b>Kalorie: 1077cal</b> Białko: 39g Tłuszcz: 38g Węglowodany: 147g w tym błonnik: 16g Sód: 1331mg
<b>Piątek 03.11.23</b>	Jajecznica(jaja) kanapka z masłem (gluten mleko krowie) herbata	Kanapka z pastą z indyka (gluten mleko krowie) i pomidorem herbata owocowa	Krupnik (gluten) łazanki (gluten) z kapustą kwaszoną pieczarkami i warzywami kompot wieloowocowy	<b>Kalorie: 1069kcal</b> Białko: 37g Tłuszcz: 36g Węglowodany: 156g w tym błonnik: 17g Sód: 1286mg



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.**