

JADŁOSPIS PRZEDSZKOLE			DATA:22.04.2025-25.04.2025		
	Kaloryczność	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	
PONIEDZIAŁEK WIELKANOCNY					
Wtorek	Energia:1015 kcal Białko: 28.74 g Tłuszcz: 33.25 g Węglowodany: 146.2 g	Chleb żytni, baltonowski, graham 1, masło 7, serek poznański ze szczypiorkiem 7, szynka wieprzowa pieczona 9,10, herbata żurawinowa bez cukru	Jabłko, chlebek wasa 1	Zupa jarzynowa z brukselką na wywarze mięsnym	Ryż na mleku z sosem wiśniowym i keksem jogurtu 7, woda niegazowana
		B/glut.: chleb bezglutenowy B/mlecz.: margaryna roślinna, serek wege ze szczypiorkiem 8	B/glut.: wasa bezglutenowa B/mlecz.:	B/glut.: B/mlecz.:	B/glut.: B/mlecz.: ryż na bazie napoju roślinnego *, jogurt roślinny *
Środa	Energia: 1042 kcal Białko: 40.02 g Tłuszcz: 34.65 g Węglowodany: 139,86 g	Chleb żytni, baltonowski, graham 1, masło 7, ser żółty 7, wędlina drobiowa z ziołami, kiszony ogórek, herbata malinowa bez cukru	Kisiel owocowy z tartym jabłkiem	Rosół z zacierką, warzywami korzennymi i natką pietruszki na wywarze warzywnym 1,3,9	Paluszki rybne w panierce 1,3,4 ziemniaki z wody, buraczki z jabłkiem i ogórkiem kiszonym, woda niegazowana
		B/glut.: chleb bezglutenowy B/mlecz.: margaryna roślinna, ser wege 8	B/glut.: B/mlecz.:	B/glut.: rosół z zacierką bezglutenową 3,9 B/mlecz.: rosół z zacierką bezjajeczną 1,9	B/glut.: paluszki rybne bezglutenowe 3,4 B/mlecz.: paluszki rybne w panierce 1,4, *
Czwartek	Energia: 1092 kcal Białko: 33.62 g Tłuszcz: 43.16 g Węglowodany: 139.6 g	Płatki owsiane na mleku z suszoną śliwką 1,7,12 Pieczywo żytnie 1, masło 7, powidła śliwkowe, herbata z melisy z pomarańczą bez cukru	Drożdżowe paluchy serowe z owocem i sezamem 1,7,11	Barszcz z ziemniakami natką pietruszki na wywarze warzywnym 9	Curry z kurczaka z marchewką oraz kolendrą 1,5,6,8,10,11,12, makaron Penne 1, woda niegazowana
		B/glut.: chleb bezglutenowy, płatki bezglutenowe na mleku z suszoną śliwką 7,12 B/mlecz.: margaryna roślinna, płatki owsiane na napoju roślinnym z suszoną śliwką 1, *,12	B/glut.: paluchy bezglutenowe 7,11 B/mlecz.: drożdżowe paluchy z serem wegańskim i sezamem 1,8,11	B/glut.: B/mlecz.:	B/glut.: kurczak bez przyprawy curry, makaron bezglutenowy B/mlecz.:
Piątek	Energia:1012 kcal Białko: 34.87 g Tłuszcz: 31.97 g Węglowodany: 140.69 g	Chleb żytni, baltonowski, graham 1, masło 7, pasta jajeczna ze szczypiorkiem 3,9,10, schab pieczony, herbata rooibos bez cukru	Mix owoców egzotycznych, biszkopty 1,3	Zupa węgierska z papryką, pomidorem i ziemniakami na wywarze mięsnym 9	Kopytka w sosie potrawkowym 1,3,7,9, surówka z kiszonej kapusty, cebulki i marchewki z dodatkiem oleju, woda niegazowana
		B/glut.: chleb bezglutenowy B/mlecz.: margaryna roślinna, pasta z tofu 6	B/glut.: wafle kukurydziane B/mlecz.: wafle kukurydziane	B/glut.: B/mlecz.: -	B/glut.: kopytka bezglutenowe w sosie bezglutenowym 3,7,9 B/mlecz.: kopytka z siemieniem lnianym w sosie potrawkowym na bazie napoju roślinnego 1, *,9
Liczba oznaczono alergeny zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011. Zastrzega się możliwość wprowadzenia zmian. Wykorzystywany makaron w jadłospisie jest bez jaj. *Wykorzystywane napoje roślinne: kokosowe 8 / owsiane 1 / sojowe 6 /jaglane; jogurty roślinne: sojowy 6/ kokosowy 8; śmietanka roślinna: sojowa 6 / ryżowa / kokosowa 8					

