

**Jadłospis 07.01-10.01.2025 – Przedszkole Publiczne w Wolczynie, ul. Sienkiewicza 4**

<b>Dzień tygodnia</b>	<b>Śniadanie</b>	<b>Obiad</b>	<b>Podwieczorek</b>
<b>Wtorek</b>	Chleb graham z masłem, polędwica sopocka, ogórek zielony, kawa zbożowa z mlekiem, herbata z cytryną, mix warzyw Alergeny 1,3,7	Zupa ziemniaczana z zieloną pietruszką, brokuły w sosie szpinakowo – serowym, makaron, kompot wieloowocowy Alergeny 1,3,7,9	Bułka kielecka z masłem i dżemem, herbata z cytryną, owoc  Alergeny 1,3,7
<b>Kalorie</b>	<b>318</b>	<b>627</b>	<b>226</b>
<b>Środa</b>	Chleb firmowy z masłem, twaróg ze szczypiorkiem, herbata z cytryną, mix warzyw Alergeny 1,3,7	Zupa fasolowa z kielbasą i zieloną pietruszką, kluski śląskie z okrasą, sałatka z buraczków, kompot wieloowocowy Alergeny 1,3,7,9	Rogal, jogurt owocowy herbata z cytryną, owoc Alergeny 1,3,7
<b>Kalorie</b>	<b>298</b>	<b>658</b>	<b>229</b>
<b>Czwartek</b>	Chleb helios z masłem, kielbasą krakowską parzoną, sałata, kawa zbożowa z mlekiem, herbata z cytryną, mix warzyw Alergeny 1,3,7	Zupa krem z dyni z grzankami, ryba z pieca, ziemniaki, surówka z kiszonej kapusty, kompot wieloowocowy Alergeny 1,3,4,7,9	Rogaliki drożdżowe z dżemem, herbata owocowa, owoc  Alergeny 1,3,7
<b>Kalorie</b>	<b>322</b>	<b>635</b>	<b>215</b>
<b>Piątek</b>	Chleb firmowy z masłem, serem żółtym, pomidorem, płatki miodowe z mlekiem, herbata z cytryną, mix warzyw Alergeny 1,3,7	Zupa ogórkowa z zieloną pietruszką, leczy warzywne, ryż, kompot wieloowocowy Alergeny 1,3,7,9	Kisiel z owocami (wyrób własny), biszkopty, herbata owocowa , owoc  Alergeny 1,3,7
<b>Kalorie</b>	<b>326</b>	<b>591</b>	<b>203</b>

*Intendent zastrzega sobie prawo do modyfikacji w jadłospisie*

Woda mineralna niegazowana dostępna dla dzieci przez cały dzień.

Do przygotowania posiłków używane są przyprawy naturalne: pieprz, pieprz ziołowy, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, tymianek, oregano, bazylija, kurkuma, zioła prowansalskie, papryka słodka, gałka muszkatołowa oraz sól o obniżonej zawartości sodu –zgodnie z wymogami żywieniowymi dla danej grupy wiekowej. Wszystkie zupy przygotowywane są na naturalnym wywarze drobiowym lub wieprzowym. Gotowe produkty (inf. od producentów), np. :kakao, kawa zbożowa, herbata, koncentrat pomidorowy, dżemy, ketchup, wędliny mogą zawierać śladowe ilości alergenów(gluten, laktoza, soja, orzechy, seler, gorczyca)

Intendent: Krystyna Woźnik - Polanowska