

Jadlospis 20-24.01.2025 – Przedszkole Publiczne w Wolczynie, ul. Sienkiewicza 4

Dzień tygodnia	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
Poniedziałek	Chleb firmowy z masłem, jajecznica ze szczypiorkiem, herbata z cytryną, mix warzyw Alergeny 1,3,7,	Kapuśniak z kiszonej kapusty na wywarze mięsny, ryż zapiekany z jabłkiem, kompot wieloowocowy Alergeny 1,3,7,9	Chleb saski z masłem, pomidorem, ogórkiem i zieloną sałatą, herbata miętowa, owoc Alergeny 1,3,7
Kalorie	312	602	201
Wtorek	Chleb graham z masłem, kiełbasą dębicką, pomidorem, kawa inka z mlekiem, herbata z cytryną, mix warzyw Alergeny 1,3,7	Zupa ziemniaczana z zieloną pietruszką, duszone mięso mielone, makaron, sałatka z ogórków konserwowych, kompot wieloowocowy Alergeny 1,3,7,9	Rogal z masłem i nutellą, herbata z cytryną, owoc. Alergeny 1,3,7
Kalorie	328	627	226
Środa	Chleb firmowy z masłem, twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem, herbata z cytryną, mix warzyw Alergeny 1,3,7	Zupa z soczewicy z kiełbasą i zieloną pietruszką, kotlety drobiowe, ziemniaki, sałatka z kapusty czerwonej, kompot wieloowocowy Alergeny 1,3,7,9	Kisiel z owocami (wyrób własny), ciastka kruche,, herbata owocowa, owoc Alergeny 1,3,7
Kalorie	298	648	198
Czwartek	Chleb helios z masłem, polędwicą drobiową i zieloną sałatą, kawa zbożowa z mlekiem, herbata z cytryną, mix warzyw Alergeny 1,3,7,9	Zupa pieczarkowa z zieloną pietruszką, gołąbki w sosie pomidorowym, kompot wieloowocowy Alergeny 1,3,7,9	Bułka zwykła z masłem i dżemem niskosłodzonym, herbata, owocowa, owoc Alergeny 1,3,7
Kalorie	301	635	205
Piątek	Chleb firmowy z masłem, ser żółty, pomidorem, płatki kukurydziane na mleku herbata z cytryną, mix warzyw Alergeny 1,3,7	Rosół z makaronem i zieloną pietruszką, ryba z pieca, ziemniaki, surówka z marchewki z jabłkiem, , kompot wieloowocowy Alergeny 1,3,4,7,9	Rogaliki drożdżowe z dżemem, herbata z cytryną, owoc Alergeny 1,3,7
Kalorie	316	637	223

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, bazylika, kurkuma, zioła prowansalskie, papryka słodka, gałka muszkatołowa oraz sól o obniżonej zawartości sodu –zgodnie z wymogami żywieniowymi dla danej grupy wiekowej. Wszystkie zupy przygotowujemy 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