

**Jadłospis 01.12-05.12.2025 – Przedszkole Publiczne w Wolczynie, ul. Sienkiewicza 4**

<b>Dzień tygodnia</b>	<b>Śniadanie</b>	<b>Obiad</b>	<b>Podwieczorek</b>
<b>Poniedziałek</b>	Chleb firmowy z masłem, jajecznica ze szczypiorkiem, herbata z cytryną, mix warzyw Alergeny 1,3,7	Zupa kalafiorowa z zieloną pietruszką, burgery drobiowe, ziemniaki, marchewka z jabłkiem, kompot wieloowocowy Alergeny 1,3,7,9	Bułka kielecka z masłem z dżemem niskosłodzonym, herbata owocowa owoc Alergeny 1,3,7
<b>Kalorie</b>	<b>315</b>	<b>618</b>	<b>201</b>
<b>Wtorek</b>	Chleb saski z masłem, parówka wieprzowa na ciepło, ketchup, kawa zbożowa z mlekiem herbata z cytryną, mix warzyw Alergeny 1,3,7,9	Zupa jarzynowa z zieloną pietruszką, makaron z twarogiem, cukrem i cynamonem, kompot wieloowocowy Alergeny 1,3,7,9	Paszteciki z mięsem, herbata miętowa, owoc Alergeny 1,3,7
<b>Kalorie</b>	<b>348</b>	<b>637</b>	<b>226</b>
<b>Środa</b>	Chleb firmowy z masłem, szynka gotowana, ogórek zielony, herbata z cytryną, mix warzyw Alergeny 1,3,7	Zupa pomidorowa z ryżem i zieloną pietruszką, kopytka, duszone mięso mielone w sosie pieczeniowym, sałatka z buraczków, kompot wieloowocowy Alergeny 1,3,7,9	Jogurt owocowy, rogal, herbata z cytryną, owoc Alergeny 1,3,7
<b>Kalorie</b>	<b>302</b>	<b>648</b>	<b>229</b>
<b>Czwartek</b>	Chleb graham z masłem, polędwica sopocka, pomidor, kawa inka z mlekiem, herbata z cytryną, mix warzyw Alergeny 1,3,7	Rosolnik z kaszą manną i zieloną pietruszką, bigos, ziemniaki, kompot wieloowocowy Alergeny 1,3,7,9	Budyń śmietankowy (wyrób własny), ciastka kruche, herbata z cytryną, owoc Alergeny 1,3,7
<b>Kalorie</b>	<b>303</b>	<b>665</b>	<b>225</b>
<b>Piątek</b>	Chleb firmowy z masłem, pasta z makreli ze szczypiorkiem, ogórek zielony, herbata z cytryną, mix warzyw Alergeny 1,3,4,7	Barszcz biały z jajkiem i zieloną pietruszką, ryż zapiekany z jabłkami, kompot wieloowocowy Alergeny 1,3,7,9	Mus warzywny, pałki kukurydziane, herbata z cytryną, owoc Alergeny 1,3,7
<b>Kalorie</b>	<b>320</b>	<b>632</b>	<b>201</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