

**Jadłospis 09.03-13.03.2026 – 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, pasta z kiełbasy, herbata z cytryną, mix warzyw  Alergeny 1,3,7	Zupa pomidorowa z makaronem i zieloną pietruszką, kotlety mielone, ziemniakami, surówka z marchewki, kompot wieloowocowy, owoc Alergeny 1,3,7,9	Chałka z masłem i powidłami, herbata miętowa  Alergeny 1,3,7
<b>Kalorie</b>	<b>306</b>	<b>645</b>	<b>212</b>
<b>Wtorek</b>	Chleb saski z masłem, szynka drobiowa z kurczaka, pomidor, kawa zbożowa z mlekiem, herbata z cytryną, mix warzyw Alergeny 1,3,7	Rosolnik z kaszą manną i zieloną pietruszką, ryba z pieca, ziemniaki, surówka z czerwonej kapusty, kompot wieloowocowy, owoc  Alergeny 1,3,4,7,9	Rogal z masłem i miodem, kakao, herbata owocowa, owoc  Alergeny 1,3,7
<b>Kalorie</b>	<b>308</b>	<b>637</b>	<b>216</b>
<b>Środa</b>	Chleb firmowy z masłem, parówki wieprzowe na ciepło, ketchup, herbata z cytryną, mix warzyw Alergeny 1,3,7,9	Krupnik z warzywami i zieloną pietruszką, kopytka z okrasą, sałatka z buraczki zasmażane na ciepło, kompot wieloowocowy, owoc Alergeny 1,3,7,9	Bułka z masłem, twarożek z rzodkiewką, herbata owocowa, owoc Alergeny 1,3,7
<b>Kalorie</b>	<b>322</b>	<b>628</b>	<b>289</b>
<b>Czwartek</b>	Chleb orkiszowy z masłem, kiełbasa krakowska parzona, pomidor, kawa inka z mlekiem, herbata z cytryną, mix warzyw Alergeny 1,3,7	Zupa ziemniaczana z zieloną pietruszką, ryż z warzywami i filetem z kurczaka, kompot wieloowocowy, owoc  Alergeny 1,3,7,9	Chleb saski z masłem ogórkiem zielonym, sałatą i rzodkiewką, herbata miętowa, owoc Alergeny 1,3,7
<b>Kalorie</b>	<b>313</b>	<b>635</b>	<b>285</b>
<b>Piątek</b>	Chleb firmowy z masłem, jajko w majonezie, szczypiorek, herbata z cytryną, mix warzyw Alergeny 1,3,7	Zupa jarzynowa z zieloną pietruszką, placki ziemniaczane ze śmietaną, kompot wieloowocowy, owoc Alergeny 1,3,7,9	Babka cytrynowa, herbata miętowa,  Alergeny 1,3,7
<b>Kalorie</b>	<b>322</b>	<b>634</b>	<b>244</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 ziółowy, 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