

JADŁOSPIS

przedszkole

posiłek potrawa/składnik	ilość	j.m.	alergeny	Wartość energetyczna	
				[kcal]	[kJ]

poniedziałek, 28 lipca 2025

677 0

▶ śniadanie			233	0
● chleb z masłem	1 x 70g	Zboża zawierające gluten, Mleko	198	0
● pasta rybna	1 x 25g	Jaja, Ryby	33	0
● ogórek kiszony	20 g		2	
● herbata owocowa	1 x 200g		0	0
▶ podwieczorek			62	0
● banany	70 g		62	
▶ obiad / I danie			149	0
● krupnik z kaszy jęczmiennej	1 x 200g	Zboża zawierające gluten, Seler	149	0
▶ obiad / II danie			233	0
● ziemniaki gotowane	1 x 80g	Zboża zawierające gluten, Jaja	77	0
● pieczeń rzymska	1 x 110g		115	0
● marchew z gruszką	1 x 70g		33	0
● kompot owocowy	1 x 200g		8	0

wtorek, 29 lipca 2025

969 0

▶ śniadanie				443	0
● bułka z masłem i serem żółtym	1 x 100g	Zboża zawierające gluten, Mleko, Jaja	328	0	
● rzodkiewka	20 g		3		
● kakao z mlekiem	1 x 200g	Mleko	112	0	
▶ podwieczorek				34	0
● nektarynka	70 g		34		
▶ obiad / I danie				225	0
● kapuśniak z kiszonej kapusty	1 x 250g	Seler	225	0	
▶ obiad / II danie				267	0
● parowce z musem jagodowo truskawkowym	1 x 180g	Zboża zawierające gluten, Mleko, Jaja	259	0	
● kompot owocowy	1 x 200g		8	0	

środa, 30 lipca 2025

625 0

▶ śniadanie			247	0
● chleb z masłem i szynką	1 x 80g	Zboża zawierające gluten, Mleko	197	0
● ser mozzarella	20 g		50	
● herbata z cytryną	1 x 200g		0	0
▶ podwieczorek			90	0
● jogurt naturalny	150 g	Mleko	90	
▶ obiad / I danie			76	0
● zupa jarzynowa z zacierką	1 x 300g	Zboża zawierające gluten, Mleko, Jaja, Seler	76	0
▶ obiad / II danie			212	0
● ryż gotowany	1 x 90g		123	0

JADŁOSPIS

przedszkole

posiłek potrawa/składnik	ilość	j.m.	alergeny	Wartość energetyczna	
				[kcal]	[kJ]
• Leczo z szynką papryką i cukinią	1 x 200g			81	0
• kompot owocowy	1 x 200g			8	0

czwartek, 31 lipca 2025

792 0

▶ śniadanie				387	0
• bułka z masłem	1 x 80g		Zboża zawierające gluten, Mleko, Jaja	257	0
• serek homogenizowany	20 g		Mleko	20	
• kawa inka z mlekiem	1 x 180g		Mleko	110	0
▶ podwieczorek				21	0
• arbuz	70 g			21	
▶ obiad / I danie				170	0
• zupa ziemniaczana zabieleną	1 x 300g		Mleko, Seler	170	0
▶ obiad / II danie				214	0
• pyzy z mięsem	1 x 100g		Zboża zawierające gluten, Mleko, Jaja	206	0
• kompot owocowy	1 x 200g			8	0