

# Przedszkole \*6

Ile dni	9
termin rozpoczęcia	2024-11-11
Posiłki	<b>1. I śniadanie 2. obiad 3. podwieczorek</b>
Przypisana Grupa żywieniowa	Nazwa grupy: <b>Zespół Szkolno-Przedszkolny / PP*/</b> <b>1. Dzieci (wiek: 4 - 6; liczba: 140)</b> <b>2. Dzieci (wiek: 1 - 3; liczba: 12)</b>

Wybrane posiłki mają zapewnić energię na poziomie z:

**węglowodanów:60%, białka:15%, tłuszczów:25%**

2024-11-12 Wtorek

<b>I śniadanie</b>	<b>obiad</b>	<b>podwieczorek</b>
<b>1. Kasza manna na mleku */ż (140g)</b>	<b>1. Zupa pomidorowa zabelana z ryżem */ż (150g)</b>	1. Mus jabłkowy domowy */ ż (130g)
<b>2. Chleb graham (35g)</b>	<b>2. Pierogi ruskie * / wyrób gotowy/ (150g)</b>	<b>2. Biskopki okrągłe (6g)</b>
<b>3. Masło * (5g)</b>	3. Kompot z owoców mieszanych * (150g)	
<b>4. Pasta z wędliny i jajka*/ż (20g)</b>	4. Woda niegazowana Kuracjusz (150g)	
5. Pomidor (10g)		
6. Woda niegazowana Kuracjusz (150g)		
7. Herbata z cytryną * (150g)		
8. Gruszka (40g)		

**I śniadanie**

**obiad**

**podwieczorek**

2024-11-13 Środa

<b>I śniadanie</b>	<b>obiad</b>	<b>podwieczorek</b>
1. <b>Chleb pszenno-żytni (35g)</b>	1. <b>Zupa koperkowa z ryżem */ż (140g)</b>	1. Kisiel domowy o smaku wieloowocowym (120g)
2. <b>Masło * (4g)</b>	2. Kasza gryczana * (70g)	2. <b>Herbatniki (5g)</b>
3. Dżem truskawkowy niskosłodzony (6g)	3. <b>Pulpety wieprzowe w sosie koperkowym*/ ż (80g)</b>	3. Jabłko (30g)
4. Woda niegazowana Kuracjusz (150g)	4. Surówka z marchwi i jabłek */ ż (50g)	
5. <b>mleko spożywcze2%* (150g)</b>	5. Kompot z owoców mieszanych * (150g)	
6. Winogrona bezpestkowe (30g)	6. Woda niegazowana Kuracjusz (150g)	

**I śniadanie**

**obiad**

**podwieczorek**

2024-11-14 Czwartek

<b>I śniadanie</b>	<b>obiad</b>	<b>podwieczorek</b>
1. <b>Żurek z jajkiem, kielbasą * (140g)</b>	1. <b>Zacierka na rosole */ż (140g)</b>	1. <b>Jogurt truskawkowy domowy* ż (130g)</b>
2. <b>Bułki wrocławskie (30g)</b>	2. Ryż biały (70g)	2. Pałeczki kukurydziane (6g)
3. Herbata z cytryną * (150g)	3. <b>Filet z kurczaka panierowany * (90g)</b>	
4. Woda niegazowana Kuracjusz (150g)	4. <b>Warzywa duszone*/ż (50g)</b>	
5. Kiwi (25g)	5. Kompot z owoców mieszanych * (150g)	
	6. Woda niegazowana Kuracjusz (150g)	

**I śniadanie**

**obiad**

**podwieczorek**

2024-11-15 Piątek

<b>I śniadanie</b>	<b>obiad</b>	<b>podwieczorek</b>
1. <b>Chleb pszenno-żytni (35g)</b>	1. <b>Zupa krupnik */ż (150g)</b>	1. <b>Budyń domowy o smaku czekoladowym */ż (130g)</b>
2. <b>Masło * (5g)</b>	2. <b>Ziemniaki puree * (80g)</b>	2. Chrupki kukurydziane (6g)
3. <b>Jajecznica duszona */ż (50g)</b>	3. <b>Miruna duszona w sosie szpinakowym */ż (80g)</b>	
4. <b>kakao na mleku 2%* (150g)</b>	4. Surówka z kapusty czerwonej */ż (50g)	
5. Woda niegazowana Kuracjusz (150g)	5. Kompot z owoców mieszanych * (150g)	
6. Banan (30g)	6. Woda niegazowana Kuracjusz (150g)	

**I śniadanie**

**obiad**

**podwieczorek**

2024-11-18 Poniedziałek

I śniadanie	obiad	podwieczorek
1. <b>Chleb pszenno-żytni (30g)</b> 2. <b>Masło * (5g)</b> 3. kurczak parzony (20g) 4. Ogórek (10g) 5. <b>Kawa inka na mleku* (150g)</b> 6. Woda niegazowana Kuracjusz (150g) 7. Mandarynki (30g)	1. Zupa jarzynowa z ziemniakami */ż (150g) 2. <b>Makaron z serem twarogowym * (140g)</b> 3. Kompot z owoców mieszanych * (150g) 4. Woda niegazowana Kuracjusz (150g)	1. Kisiel domowy o smaku jabłkowym * (130g) 2. Chrupki kukurydziane (5g)

I śniadanie

obiad

podwieczorek

2024-11-19 Wtorek

I śniadanie	obiad	podwieczorek
1. <b>Płatki owsiane na mleku */ż (130g)</b> 2. <b>Chleb wieloziarnisty (30g)</b> 3. <b>Masło * (5g)</b> 4. <b>Twarożek z jogurtem naturalnym *ż (40g)</b> 5. Woda niegazowana Kuracjusz (150g) 6. Herbata z cytryną * (150g) 7. Gruszka (30g)	1. <b>Rosół z makaronem */ż (140g)</b> 2. Ziemniaki * (70g) 3. <b>Kotlet schabowy panierowany * (90g)</b> 4. Surówka z kapusty pekińskiej z marchwią i kukurydzą. */ż (50g) 5. Kompot z owoców mieszanych * (150g) 6. Woda niegazowana Kuracjusz (150g)	1. Mus truskawkowy *ż (130g) 2. krążki kukurydziane - naturalne (8g)

I śniadanie

obiad

podwieczorek

2024-11-20 Środa

I śniadanie	obiad	podwieczorek
1. <b>Chleb pszenno-żytni (35g)</b> 2. <b>Masło * (5g)</b> 3. Kiełbaski kornetki* (50g) 4. <b>Ketchup łagodny Pudliszki (5g)</b>	1. <b>Barszcz czerwony klarowny z uszkami */ż (140g)</b> 2. <b>Ryż z jabłkami */ż (120g)</b> 3. kompot z owoców mieszanych Ż* (150g) 4. Woda niegazowana Kuracjusz (150g)	1. <b>Zapiekanka z szynką i serem*ż (60g)</b> 2. Herbata z cytryną * (150g)

I śniadanie	obiad	podwieczorek
5. Woda niegazowana Kuracjusz (150g)		
6. Bawarka * (150g)		
7. Jabłko* (30g)		

**I śniadanie**

**obiad**

**podwieczorek**

2024-11-21 Czwartek

I śniadanie	obiad	podwieczorek
1. kasza jaglana na mleku z rodzynekami */ż (130g)	1. Zupa koperkowa z ryżem */ż (140g)	1. Sok jabłkowy (130g)
2. Chleb żytni jasny (30g)	2. Kasza gryczano-jęczmienna*/ż (70g)	2. Mieszanka drożdżowa (30g)
3. Masło * (5g)	3. Gulasz wieprzowy duszony */ż (80g)	
4. Miód pszczeli (5g)	4. Mizeria ze śmietaną */ż (50g)	
5. Woda niegazowana Kuracjusz (150g)	5. kompot z owoców mieszanych Ż* (150g)	
6. Herbata z cytryną * (150g)	6. Woda niegazowana Kuracjusz (150g)	
7. Banan (40g)		

**I śniadanie**

**obiad**

**podwieczorek**

2024-11-22 Piątek

I śniadanie	obiad	podwieczorek
1. Chleb pszenno-żytni (30g)	1. Zupa krem z kalafiora z grzankami */ż (140g)	1. Budyń domowy o smaku waniliowym * (130g)
2. Masło * (5g)	2. Ziemniaki * (80g)	2. Podplomyki bez dodatku cukru Kupiec (6g)
3. Pasta jajeczna */ż (20g)	3. Miruna filety panierowane smażone * (90g)	3. Jabłko* (30g)
4. Pomidor (5g)	4. Surówka z kapusty kiszanej * (50g)	
5. kakao na mleku 2%* (150g)	5. kompot z owoców mieszanych Ż* (150g)	
6. Woda niegazowana Kuracjusz (150g)	6. Woda niegazowana Kuracjusz (150g)	
7. Mandarynki (30g)		

- W razie nie otrzymania w/w produktów jadłospis może ulec zmianie
- Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady( UE) wytłuszczonym drukiem wyróżniono składniki powodujące alergie lub reakcje nietolerancji.
- Dokładny jadłospis z gramaturą, kalorycznością i alergenami znajduje się na tablicy w stołówce szkolnej oraz u intendenta

