

### JADŁOSPIS 26-30.05.2025

| <u>Dzień tygodnia</u>                                     | <u>I śniadanie</u>                                                                                                                                                                       | <u>II śniadanie</u>               | <u>zupa</u>                                                                                                                                                                               | <u>II danie</u>                                                                                                                               | <u>podwieczorek</u>                                             |
|-----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|
| Poniedziałek<br>26.05<br><br>Łączna ilość<br>kalorii: 807 | Płatki jęczmienne<br>12g na mleku 180<br>ml ,pieczywo<br>mieszane 20g, masło<br>5g, szynka drobiowa<br>20g, papryka 20g,<br>herbata owocowa<br>250 ml, cytryna<br>świeża<br><br>260 kcal | Banan 80g<br><br>85 kcal          | Zupa krem z marchwi<br>z groszkiem<br>ptysiowym 150g<br><br>Włoszczyzna 70g<br>(marchew 40g)<br>śmietana 5g<br>groszek ptysiowy 8g<br>masło 5g<br><br>112kcal                             | Racuchy jabłkowe<br>100g ( jabłko, mleko,<br>mąka tortowa, olej<br>roślinny, jajka,cukier)<br><br>205 kcal                                    | Tosty z serem<br>żółtym 60g<br><br>145 kcal                     |
| Alergeny                                                  | 1,7                                                                                                                                                                                      |                                   | 1,7,9                                                                                                                                                                                     | 1,3,7                                                                                                                                         | 1,7                                                             |
| Wtorek<br>27.05<br><br>Łączna ilość<br>kalorii: 784       | Płatki jaglane12g<br>na mleku 180 ml,<br>pieczywo mieszane,<br>pasta z sera białego<br>z rzodkiewką ,<br>masło 5g,herbata<br>owocowa<br>250ml, cytryna<br>świeża<br><br>245 kcal         | Jabłko 80g<br><br>64 kcal         | Zupa kalafiorowa z<br>kaszą jaglaną 200g<br><br>Włoszczyzna 50g<br>Kalafior 30g<br>Kasza jaglana 8g<br>Śmietana 5g<br><br>115 kcal                                                        | Ziemniaki 70g,<br>dramstik pieczony<br>60g, mizeria 100g (<br>śmietana 18 3g)<br><br>230 kcal                                                 | Budyń śmietankowy<br>z musem<br>owocowym 100 ml<br><br>130 kcal |
| Alergeny                                                  | 1,7                                                                                                                                                                                      |                                   | 1,7,9                                                                                                                                                                                     | 7                                                                                                                                             | 7                                                               |
| Środa<br>28.05<br><br>Łączna ilość<br>kalorii: 786        | Płatki owsiane 12g<br>na mleku 180 ml<br>pieczywo mieszane<br>20g, masło 5g,<br>jajecznica 70g,<br>herbata owocowa<br>250 ml. cytryna<br>świeża<br><br>275 kcal                          | Brzoskwinia<br>80g<br><br>76 kcal | Zupa ogórkowa z<br>zacierką 200g<br><br>ogórek kiszony 30g<br>włoszczyzna 50g<br>zacierka 8g<br>śmietana 18% 5g<br><br>105 kcal                                                           | Ryż biały 50g<br>w sosie<br>truskawkowym 60g<br><br>190 kcal                                                                                  | Chałka drożdżowa z<br>masłem/ miodem<br>40g<br><br>140 kcal     |
| Alergeny                                                  | 1,3,7                                                                                                                                                                                    |                                   | 1,7,9                                                                                                                                                                                     | 7                                                                                                                                             | 1,7                                                             |
| Czwartek<br>29.05<br><br>Łączna ilość<br>kalorii:775      | Płatki ryżowe 12g<br>na mleku 180 ml ,<br>pieczywo 20g,<br>masło 5g,pasztet<br>drobiowy 20g,<br>ogórek zielony 20g,<br>herbata owocowa<br>250 ml, cytryna<br>świeża<br><br>276 kcal      | Truskawka 60g<br><br>75 kcal      | Zupa krem z białych<br>warzyw z groszkiem<br>ptysiowym 150g<br><br>kalafior 20g<br>kalarepa 20g<br>włoszczyzna 30g<br>śmietana 5g<br>groszek ptysiowy 10g<br>masło 83% 3g<br><br>125 kcal | Makaron spaghetti z<br>mięsem wieprzowym<br>i pomidorami 120g<br><br>makaron 30g<br>mięso wieprzowe60g<br>pomidor krojone 25g<br><br>210 kcal | Mus owocowy 100g<br><br>89 kcal                                 |
| Alergeny                                                  | 1,7                                                                                                                                                                                      |                                   | 1,7,9                                                                                                                                                                                     | 1                                                                                                                                             |                                                                 |

|                           |                                                                                                                                             |                       |                                                                              |                                                                                            |             |
|---------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|
| Piątek<br>30.05           | Kaszka kukurydziana 12g na mleku 180 ml ,<br>pieczywo 20g,<br>masło 7g,ser gouda 20g,pomidor 20g,<br>herbata owocowa 250 ml. cytryna świeża | Torcik urodzinowy 50g | Zupa pomidorowa z makaronem 200g                                             | Kasza wiejska 50g,<br>filet z miruny w sosie beszamelowym 60g,<br>duszona marchew mini 50g | Gruszka 80g |
| Łączna ilość kalorii: 814 | 256 kcal                                                                                                                                    | 140 kcal              | Pomidorowa 30g<br>Makaronem 8g<br>Włoszczyzna 50g<br>Śmietana 5g<br>115 kcal | 229 kcal                                                                                   | 74 kcal     |
| Alergeny                  | 1,7                                                                                                                                         | 1,3,7                 | 1,7,9                                                                        | 1,4,7                                                                                      |             |

**Zastrzegamy sobie prawo do zmiany jadłospisu z przyczyn niezależnych od placówki**  
**Woda mineralna na życzenie dzieci**

Poszczególne substancje i produkty uznawane za alergenry zawarte są w załączniku II do rozporządzenia nr 1169/2011 :

- 1.zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne (ze wskazanymi wyjątkami),
- 2.skorupiaki i produkty pochodne,
- 3.jaja i produkty pochodne,
- 4.ryby i produkty pochodne (ze wskazanymi wyjątkami),
- 5.orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne,
- 6.soja i produkty pochodne (ze wskazanymi wyjątkami),
- 7.mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) (ze wskazanymi wyjątkami),
- 8.orzechy, tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzeszki pekan, orzechy brazylijskie, pistacje/orzechy pistacjowe, orzechy makadamia lub orzechy Queensland, a także produkty pochodne (ze wskazanymi wyjątkami),
- 9.seler i produkty pochodne,
- 10.gorczyca i produkty pochodne,
- 11.nasiona sezamu i produkty pochodne,
- 12.dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/litr w przeliczeniu na całkowitą zawartość SO<sub>2</sub> dla produktów w postaci gotowej bezpośrednio do spożycia lub w postaci przygotowanej do spożycia zgodnie z instrukcjami wytwórców,
- 13.łubin i produkty pochodne,
- 14.mięczaki i produkty pochodne