

JADŁOSPIS PRZEDSZKOLE

30.03.2026-03.04.2026

	Kaloryczność	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD		PODWIECZOREK
Poniedziałek	Energia: 1044 kcal Białko: 27.99 g Tłuszcz: 35.77 g Węglowodany ogółem: 149.72 g	Chleb żytni, baltonowski, graham 1, masło 7, serek Bieluch 7, szynka z kotła 9,10, ogórek kiszony, herbata z imbirem bez cukru	Owoc sezonowy	Krem z zielonych warzyw z ziemniakami i zmiksowanymi ziarnami stonecznika na wywarze warzywnym 7,9	Makaron świderki w sosie bolońskim posypyany wiórkami żółtego sera 1,7, woda niegazowana	Jabłko, marchewka, wafle kukurydziane
		B/glut.: chleb bezglutenowy B/mlecz.: masło roślinne typu wege, serek wege 8		B/glut.: B/mlecz.: krem ze śmietanką roślinną *,9	B/glut.: makaron bezglutenowy w sosie bolońskim posypyany wiórkami sera 7 B/mlecz.: makaron w sosie bolońskim posypyany wiórkami wegańskiego sera	B/glut.: B/mlecz.:
Wtorek	Energia: 1136 kcal Białko: 43.07 g Tłuszcz: 31.85 g Węglowodany ogółem: 166.43 g	Chleb żytni, baltonowski, graham 1, masło 7, szynka drobiowa, ser żółty w plastrach 7, biała rzepa, herbata z dziką różą bez cukru	Owoc sezonowy	Zupa porowa z ziemniakami na wywarze warzywnym 9	Kurczak w sosie słodko-kwaśnym (kolorowa papryka, pomidor, ananas), ryż długoziarnisty gotowany na sypko, woda niegazowana	Rogal mleczny 1,3,7 z miodem malinowym
		B/glut.: chleb bezglutenowy B/mlecz.: masło roślinne typu wege, ser wege 8		B/glut.: B/mlecz.:	B/glut.: B/mlecz.:	B/glut.: pieczywo bezglutenowe z miodem malinowym B/mlecz.: pieczywo z miodem malinowym 1
ŚRODA WIELKANOCNA	Energia: 1199 kcal Białko: 35.87 g Tłuszcz: 43.39 g Węglowodany ogółem: 161.84 g	ŚNIADANIE WIELKANOCNE Chleb żytni, baltonowski, graham 1, masło 7, jajko gotowane na twardo 3, majonez 3,9,10, biała kielbaska delikatesowa na ciepło 6,9,10 sałatka jarzynowa 3,9,10, rzeżucha, zielona sałata (dekoracyjnie), herbata z lipy bez cukru	Owoc sezonowy	Domowy żurek z marchewką i majerankiem na wywarze mięsnym 1,3,5,6,7,8,9,10	Gulasz w delikatnym sosie chrzanowym 1,5,7,8,10,11 ziemniaki puree 7, sałatka z buraków, woda niegazowana	Wielkanocna babka cytrynowa 1,3,7
		B/glut.: chleb bezglutenowy B/mlecz.: masło roślinne typu wege, ser wegański 8		B/glut.: żurek na zakwasie bezglutenowym bez majeranku 9 B/mlecz.: żurek bez majeranku 1,9	B/glut.: sos bezglutenowy 5,7,8,10,11 B/mlecz.: sos ze śmietanką roślinną 1,5,8,10,11*, puree z masłem roślinnym	B/glut.: babka b/glutenowa 3,7 B/mlecz.: babka z masłem roślinnym i napojem roślinnym*,1,3, *
Czwartek	Energia: 1134 kcal Białko: 41.95 g Tłuszcz: 33.29 g Węglowodany ogółem: 165.15 g	Kakao domowe z mlekiem 1,6,7 Pieczywo żytnie 1, masło 7, dżem brzoskwiniowy niskosłodzony 100%, serek biały w plastrach 7, herbata malinowa bez cukru	Owoc sezonowy	Zupa pomidorowa z żytnimi zacierkami, mlekiem i bazylią na wywarze warzywnym 1,3,7,9	Medalion drobiowy w panierce 1,3,9 ziemniaki z olejem ziołowym, marchewka mini na parze z oliwą ziołową, woda niegazowana	Banan, chrupki kukurydziane
		B/glut.: chleb bezglutenowy, kakao bezglutenowe 6,7 B/mlecz.: kakao na napoju roślinnym 1,6, *, masło roślinne typu wege, serek wege 8		B/glut.: zupa z zacierką bezglutenową 3,7,9 B/mlecz.: zupa z zacierkami, napojem roślinnym i bazylią 1,3, *,9	B/glut.: medalion bezglutenowy 3,9 B/mlecz.:	B/glut.: B/mlecz.:
Piątek	Energia: 1172 kcal Białko: 35.09 g Tłuszcz: 34.24 g Węglowodany ogółem: 178.49 g	Chleb żytni, baltonowski, graham 1, masło 7, pasta z makreli z serkiem 4,7, wędlina drobiowa, zielone oliwki, herbata z melisy bez cukru	Owoc sezonowy	Zupa ogórkowa z ziemniakami i śmietaną na wywarze mięsnym 7,9	Naleśniki z domieszką mąki orkiszowe podane z sosem jogurtowo-owocowym z mango 1,3,7, woda niegazowana	Koktajl truskawkowy na maślanec 7, chlebek wasa 1
		B/glut.: chleb bezglutenowy B/mlecz.: masło roślinne typu wege, pasta z makreli i serka wege 4,8		B/glut.: B/mlecz.: zupa ze śmietaną roślinną *,9	B/glut.: naleśniki bezglutenowe 3,7 B/mlecz.: naleśniki na napoju roślinnym z sosem na bazie jogurtu roślinnego*,1,3	B/glut.: chlebek bezglutenowy B/mlecz.: koktajl truskawkowy na napoju roślinnym*

Liźzbą oznaczono alergeny zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011; Zastrzega się możliwość wprowadzenia zmian do jadłospisu. Wykorzystywany makaron w jadłospisie jest bez jaj.

*Wykorzystywane napoje roślinne: kokosowe 8 / owsiane 1 / sojowe 6 / jaglane; jogurty roślinne: sojowy 6/ kokosowy 8; śmietanka roślinna: sojowa 6 / ryżowa / kokosowa 8

