

Poniedziałek 12.05	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
Pieczywo (mąka)mieszane z masłem .	Kapuśniak z ziemniakami i mieszanką warzyw	Chrupki kukurydziane	
Schab pieczony	na wędzonce z zieleńką. (seler)	truskawki świeże	
ogórek zielony , pomidory , rzodkiewka,	Ryż basmati prażony z jabłkami i brzoskwinia		
cukinia , sałata raszunka	z bitą śmietaną		
kasza manna z mlekiem	Jogurt Actimel owocowy		
herbata owocowa , miód i cytryna.	Kompot: mieszanka kompotowa.		
ŚNIADANIE - 325 kcal : 32 g białka , 12 g tłuszczu , 38 g węglowodanów		OBIAD - 488 kcal : 12 g białka , 18 g tłuszczu , 46 g węglowodanów	
PODWIECZOREK - 284 kcal : 05 g białka , 062g tłuszczu , 12 g węglowodanów		RAZEM : ok 1097 KCAL	

Wtorek 13.05	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
	Pieczywo (mąka)mieszane z masłem .	Selerowa z muszlami małymi i mieszanką warzyw	Budyń śmietankowy
	Jajko na twardo ze szczypiorkiem,	na drobiu zabelana śmietaną z zieleńką (seler)	bez cukru z musem
	humus z suszonymi pomidorami	Kotlet mielony wieprzowy (gluten, jaja)	malinowym.
	papryka żółta ,rzodkiewka ,pomidor ,	ziemniaki z koperkiem	gruszki
	ogórek zielony. „ DZIEŃ HUMUSU, ”	mizeria z jogurtem greckim zott	
	Kakao(mleko), herbata, miód i cytryna.	Kompot: mieszanka kompotowa.	
ŚNIADANIE - 325 kcal : 32 g białka , 12 g tłuszczu , 38 g węglowodanów		OBIAD - 488 kcal : 12 g białka , 18 g tłuszczu , 46 g węglowodanów	
PODWIECZOREK - 284 kcal : 05 g białka , 062g tłuszczu , 12 g węglowodanów		RAZEM : ok 1097 KCAL	

Środa 14.05	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
	Pieczywo (mąka)mieszane z masłem .	Szrekowa z ziemniakami i mieszanką warzyw	Galaretki dwa kolory
	Makrela wędzona z jajkiem i cebulką	na drobiu zabelana śmietaną z zieleńką (seler)	cytryna i wiśnia
	papryka kolorowa, ogórek zielony ,	Naleśniki(jajka) (mleko) z mąki pszenno-żytniej	kawałkami owoców
	pomidory , rzodkiewka,	z powidłami śliwkowymi	gruszek i brzoskwinii
	Płatki kakaowe ozc ,SANTE, z mlekiem .	banany	czekolada gorzka 70%
	herbata, miód i cytryna.	Kompot: mieszanka kompotowa.	
ŚNIADANIE - 387 kcal : 32g białka , 12 g tłuszczu , 38 g węglowodanów		OBIAD - 486 kcal : 18 g białka , 18 g tłuszczu , 46 g węglowodanów	
PODWIECZOREK - 244 kcal : 32g białka , 09 g tłuszczu , 28g węglowodanów		RAZEM : ok 1177 KCAL	

Czwartek 15.05	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
Pieczywo (mąka)mieszane z masłem .	Jarzynowa z ziemniakami i mieszanką warzyw	Ciasto(jajka ,mleko, mąka)	
Parówki z cielęciną na ciepło ,keczup	na drobiu zabelana śmietaną z zieleńką (seler)	marchewkowe	
ser Piątnica ziołowy plastry	Kartacze (gluten) z mięsem kroszone	arbuz	
pomidor, papryka żółta ,	cebulką i boczkiem wędzonym .		
sałata lodowa ,ogórek zielony ,	ogórek kiszony luzem		
Kakao(mleko), herbata,miód i cytryna	Kompot : mieszanka kompotowa .		
ŚNIADANIE - 387 kcal : 28 g białka , 18 g tłuszczu , 38 g węglowodanów		OBIAD - 447 kcal : 27 g białka , 25 g tłuszczu , 42 g węglowodanów	
PODWIECZOREK - 214 kcal : 04g białka . 09 g tłuszczu .24 g węglowodanów		RAZEM : ok 1048 KCAL	

Piątek 16.05	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
Pieczywo (mąka)mieszane z masłem .	Krem dyniowy z grozkiem ptysiowym	Rogalik (mąka,jajka) z masłem	
Ser żółty gouda plastry.	na drobiu zabelany śmietaną z zieleńką (seler)	winogrona zielone	
dżem truskawkowy Łowicz ozc ,	Kostka rybna z morskuszka z serem(mąka, jajka)		
pomidor, papryka kolorowa ,sałata mix	ziemniaki z koperkiem .		
Płatki Sante kukurydziane z mlekiem .	fasolka szparagowa zielona z masłem .		
herbata, miód i cytryna.	Kompot : mieszanka kompotowa .		
ŚNIADANIE - 392 kcal : 28 g białka , 18 g tłuszczu , 38 g węglowodanów		OBIAD - 497 kcal : 27 g białka , 25 g tłuszczu , 42 g węglowodanów	
PODWIECZOREK - 184 kcal : 04g białka , 09 g tłuszczu ,24 g węglowodanów		RAZEM : ok 1068 KCAL	

INFORMACJA DLA RODZICÓW: Informacja o alergenach przekazana jest w oparciu o Rozporządzenie Parlamentu Europejskiego I Rady (UE) nr 1169/2011 z dnia 25.10.2011r. w sprawie przekazania konsumentom informacji na temat żywności.

Przedszkole zastrzega sobie możliwość zmiany w jadłospisie

ALERGENY: mleko i produkty pochodne , ziarna zbóż zawierające gluten , seler , jajka, ryby, orzechy