

Poniedziałek 12.01.	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
	Pieczyno(mąka) mieszane z masłem .	Grochowa z ziemniakami na wędzonce z mieszanką	Snacki Popcornowe
	Schab pieczony ,	warzyw z zieleńką. (seler) Pieczyno mieszane.	paprykowe
	sałata rukola, papryka kolorowa ,	Makaron z mąki pszenno- żytniej (jajka)	melon żółty
	ogórek zielony , pomidor ,	z sosem truskawkowo-malinowym	
	rzodkiewka	mus owocowy100% Flips jabłko-truskawka	
	Kasza manna z mlekiem .		
	Herbata owocowa , miód i cytryna.	Kompot owocowy	
ŚNIADANIE - 377 kcal : 37 g białka , 14 g tłuszczu , 38 g węglowodanów OBIAD - 598 kcal : 36g białka , 12 g tłuszczu , 86 g węglowodanów			
PODWIECZOREK - 162 kcal : 02 g białka , 06g tłuszczu , 08 g węglowodanów			
RAZEM : ok 1137 KCAL			

Wtorek 13.01.	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
Pieczyno(mąka) mieszane z masłem .	Krem dyniowy na maśle i mieszanką warzyw z	Chipsy jabłkowe	
Jajko na twardo ze szczypiorem	groszkiem ptysiowym i płatkami migdałów	suszone	
Pasztet z całego kurczaka	Filet drobiowy w płatkach kukurydzianych (gluten)	bawarka z mlekiem	
ogórek kwaszony, papryka kolorowa,	ziemniaki z sypanym koperkiem .	bez laktozy	
cukinia, pomidor .	marchewka z jabłkiem i brzoskwinia		
Kakao(mleko) ,herbata ,miód i cytryna.	Kompot owocowy		
ŚNIADANIE - 388 kcal : 39 g białka , 19 g tłuszczu , 38 g węglowodanów		OBİAD - 526 kcal : 32 g białka , 11 g tłuszczu , 35 g węglowodanów	
PODWIECZOREK - 264 kcal : 11 g białka , 08 g tłuszczu , 11 g węglowodanów		RAZEM : ok 1178 KCAL	

Środa 14.01.	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
	Pieczyno(mąka) mieszane z masłem .	Kalafiorowa z ziemniakami i mieszanką warzyw	Kefir naturalny
	Tuńczyk w sosie własnym z jajkiem	na drobiu zabelana śmietaną z zieleńką.(seler)	pomarańcze
	z ogórkiem kiszonym i majonezem .	Makaron spaghetti tri kolor pełne ziarno	biszkopty (gluten)
	ogórek zielony , pomidor ,cukinia	z warzywami i mięsem mielonym	
	Płatki zbożowe czekoladowe z mlekiem .	w sosie pomidorowym	
	Herbata owocowa , miód i cytryna.	Kompot owocowy	
ŚNIADANIE - 391 kcal : 36g białka , 21 g tłuszczu , 38 g węglowodanów			
PODWIECZOREK - 286 kcal : 12 g białka , 19 g tłuszczu , 62 g węglowodanów			
RAZEM : ok 1286 KCAL			

Czwartek 15.01.	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
Pieczyno(mąka) mieszane z masłem . Parówki Sokolki na ciepło , keczup	Ogórkowa z ziemniakami i mieszanką warzyw na drobiu zabelana śmietaną z zieleńką. (seler)	Rogalik maślany kisiel pomarańczowy	
dżem Łowicz morelowy.	Pierogi (gluten) z mięsem kroszone	gruszki	
pomidor, rzodkiewka , zielony ogórek,	cebulką z boczkiem wędzonym	„DZIEŃ BAJGLA,,	
cukinia	mandarynki		
Kakao(mleko) ,herbata ,miód i cytryna.	Kompot owocowy		
ŚNIADANIE - 376kcal : 23 g białka , 39g tłuszczu , 38 g węglowodanów			
PODWIECZOREK - 226 kcal : 16 g białka , 05 g tłuszczu , 18g węglowodanów			
RAZEM : ok 1170 KCAL			

Piątek 16.01.	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
Pieczyno(mąka) mieszane z masłem .	Pieczarkowa z łazankami (gluten) i warzywami	Budyń czekoladowy	
Pasta z wędliny szlachetnej z jajkiem ,	na drobiu zabelana śmietaną z zieleńką .(seler)	paluchy kukurydżiane	
szczypiorem i majonezem .	Kostka rybna z serem z piekarnika(ryby,gluten,jaja)		
pomidor , ogórek zielony ,	ziemniaki z sypanym koperkiem .		
rzodkiewka , papryka kolorowa .	fasolka szparagowa zielona i żółta polana		
Płatki corn flaksy z mlekiem	bułką tartą na maśle klarowanym		
Herbata owocowa , miód i cytryna.	Kompot owocowy		
ŚNIADANIE - 368 kcal : 21g białka , 18 g tłuszczu , 37g węglowodanów		OBIAD - 576kcal : 18 g białka , 23g tłuszczu ,38 g węglowodanów	
PODWIECZOREK - 277 kcal : 09 g białka , 11 g tłuszczu , 41 g węglowodanów		RAZEM : ok 1221 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