

Poniedziałek 05.05	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
Pieczyno mieszane z masłem .	Ogórkowa z ziemniakami i mieszanką warzyw	ciasteczka owsiane	
Filet wędzony z indyka ,	na drobiu zabiela śmietaną z zieleninką(seler)	arbuz	
pomidory , zielony ogórek ,cukinia ,	Makaron kolorowy z pszenicy durum Metro		
papryka żółta ,sałata lodowa ,	z truskawkami i bitą śmietaną		
Kasza manna z mlekiem.			
Herbata owocowa ,miód i cytryna .	Kompot : mieszanka kompotowa.		

ŚNIADANIE - 374 kcal : 35 g białka , 14 g tłuszczu , 38 g węglowodanów OBIAD - 583 kcal : 14g białka , 23 g tłuszczu , 88 g węglowodanów
 PODWIECZOREK - 223 kcal : 02 g białka , 11g tłuszczu , 18 g węglowodanów RAZEM : ok 1180 KCAL

Wtorek 06.05	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
	Pieczyno mieszane z masłem .	Pomidorowa z zacierką i mieszanką warzyw	Muffinki z mąki
	Makrela w oleju roślinnym z ogórkiem	na drobiu zabiela śmietaną z zieleninką(seler)	pszenno-żytniej (jajka).
	kwasonym , dżem brzoskwiniowy b/c	Karczek pieczony w ziołach z piekarnika	z borówkami
	pomidor, ogórek zielony ,papryka	Kasza pęczak prażona.	posypane cukrem pudrem.
	kolorowa , rzodkiewka	buraczki czerwone z chrzanem.	herbata owoce sadu.
	Kakao, herbata ,miód i cytryna.	Kompot : mieszanka kompotowa.	

ŚNIADANIE - 378 kcal : 27 g białka , 18 g tłuszczu , 38 g węglowodanów OBIAD - 506 kcal : 26 g białka , 08 g tłuszczu , 34 g węglowodanów
 PODWIECZOREK - 238 kcal : 14 g białka , 07 g tłuszczu , 19 g węglowodanów RAZEM : ok 1122 KCAL

Środa 07.05	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
	Pieczyno mieszane z masłem.	Fasolka po bretońsku na kielbasie podwawelskiej	Ciasteczka zbożowe FIT b/c
	Jajecznic na maśle klarowanym ,	z boczkiem wędzonym z zieleninką(seler)	z jagodami
	ser żółty gouda	w sosie pomidorowym z pieczywem mieszanym	czekolada do picia .
	pomidor, ogórek zielony ,rzodkiewka.	Kopytka ziemniaczane z cukrem trzcinowym.	
	Płatki Sante kukurydziane z mlekiem.	marchewka z brzoskwinia.	
	herbata, miód i cytryna.	Kompot : mieszanka kompotowa.	

ŚNIADANIE - 372 kcal : 28g białka , 16 g tłuszczu , 38 g węglowodanów OBIAD - 574 kcal : 28 g białka , 12 g tłuszczu , 56 g węglowodanów
 PODWIECZOREK - 286 kcal : 08 g białka , 12 g tłuszczu , 43 g węglowodanów RAZEM : ok 1232 KCAL

Czwartek 08.05	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
Pieczyno mieszane z masłem.	Krupnik z ziemniakami i mieszanką warzyw	Chałka z masłem .	
Parówki z szynki „Berlinki„ keczup	na drobiu z zieleninką.(seler)	herbata owocowa .	
Serek waniliowy ,	Makaron łazanki libella z kapustą kiszoną	mandarynki	
pomidor, sałata mix, rzodkiewka,	z kielbasą śląską i boczkiem wędzonym.		
ogórek zielony ,papryka kolorowa.			
Kakao, herbata owoce sadu, cytryna.	Kompot : mieszanka kompotowa.		

ŚNIADANIE - 364kcal : 22 g białka , 31g tłuszczu , 38 g węglowodanów OBIAD - 568 kcal : 22 g białka , 16 g tłuszczu , 68 g węglowodanów
 PODWIECZOREK - 268 kcal : 12 g białka , 08 g tłuszczu , 37g węglowodanów RAZEM : ok 1200 KCAL

Piątek 09.05	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
Pieczyno mieszane z masłem .	Brokułowa z kaszą kus-kus i mieszanką warzyw	Jogurt naturalny z	
Pasztec drobiowy z kurczaka.	na drobiu zabiela śmietaną z zieleninką(seler)	kawałkami owoców	
zielony ogórek ,papryka kolorowa	Filet z miruny panierowany w jajku i bułce	jabłka i gruszki	
rzodkiewka, pomidor ,sałata mix ,	ziemniaki z sypanym koperkiem z oliwą.	suchary naturalne.	
Płatki Sante kakaowe ocz z mlekiem	sur.z kapusty kiszonej, marchewki i słonecznika		
Herbata malinowa, miód i cytryna.	Kompot : mieszanka kompotowa.		

ŚNIADANIE - 362 kcal : 23g białka , 16 g tłuszczu , 37g węglowodanów OBIAD - 578kcal : 23 g białka , 34 g tłuszczu , 37 g węglowodanów
 PODWIECZOREK - 178 kcal : 06 g białka , 087g tłuszczu , 18 g węglowodanów RAZEM : ok 1118 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