

JADŁOSPIS PRZEDSZKOLAKA

23.06.2025 r. – 27.06.2025 r.

	ŚNIADANIE	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK 23.06.2025	Wek (1 *) – 20g masło (7) – 10g, ser żółty (7) – 30g, mleko z płatkami kukurydzianymi (7,) – 150ml (<i>mleko 2% - 130g, płatki kukurydziane – 20g</i>) herbata czarna – 150ml, cukier – 300 kcal	Jogurt owocowy (180g) 171kcal
WTOREK 24.06.2025	Chleb graham (1,*) – 70g masło (7) -10g, pieczona pierś z indyka (*) – 25g, papryka czerwona - 20g, herbata z mlekiem (7) – 150ml (<i>mleko 2% - 50g, napar czarnej herbaty -100g</i>)– 315 kcal	Danio(140g), 157kcal
ŚRODA 25.06.2025	Chleb z ziarnem(1, 11 *) – 40g masło (7) – 10g, ser żółty (7) – 10g pomidor -20g herbata czarna –cukier)– 200ml - 305 kcal	Banan (120g) 107kcal
CZWARTEK 26.06.2025	Wek (1, *) – 60g, masło (7) – 10g, szynka gotowana (*) – 20g, ogórek kiszony 15g, kawa zbożowa z mlekiem (1,7) – 150ml(<i>mleko 2%-100g,napar kawy zbożowej-50g,cukier-3g</i>) - 297 kcal	Danonki(50g), 124 kcal
PIĄTEK 27.06.2025	Wek(1,*)ser biały 20g (7*) kakao z mlekiem (7,*) – 150g (<i>mleko 2% - 150g, kakao – 10g, cukier – 3g</i>) – 211 kcal	Ciastko zbożowe(50g),221kcal

(*) Zgodnie z informacją producentów, produkty oznaczone (*) i przyprawy używane do przygotowania posiłków : pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, oregano, bazylia, zioła prowansalskie, papryka słodka, kminek, pieprz ziółowy, curry, mogą zawierać śladowe ilości : **glutenu, jaj, soi, selera, gorczycy, mleka, sezamu, łubinu**. Liczby 1-14 to oznaczenia alergenów. Legenda poniżej