

JADŁOSPIS PRZEDSZKOLA PUBLICZNEGO W GRYFOWIE ŚLĄSKIM

DATA	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD
13.10.2025	Chleb graham(1) 60g z masłem(7)10g, polędwica drobiowa(10) 20g, kawa na mleku 200ml, plasterki papryki czerwonej 30g	Jogurt bananowy(7) 90g, Crispy jabłkowe 18g	Zupa: kalafiorowa z ziemniakami zabelana(7) 250g na wywarze warzywnym (9) II danie: racuchy drożdżowe(1,3,7) 200g, surówka z marchwi i jabłka 100g Kompot wieloowocowy 200 ml
14.10.2025	Chleb pszenno - żytni(1)60g, z masłem(7) 10g, Płatki ryżowe na mleku (7) 250ml, ogórek zielony	Arbuz 100g Serek Bakuś 90g	Zupa: ryżanka na wywarze warzywnym (9) 250g II danie: ziemniaki 100g, pulpety(1,3) w sosie 100g, sałata zielona w sosie winegret 10g Kompot z owoców leśnych200ml
15.10.2025	Chleb orkiszowy(1), mieszany 60g z masłem(7) 10g, dżem 20g, mleko(7) 200 ml, pomidor, szczypior	Gruszka 80g Paluszki(1) 30g	Zupa: wiejska z makaronem(1,3) 250g na wywarze warzywnym (9) II danie: kotlet ziemniaczany(1,3) 100g, sos bolognese 100g, surówka z ogórków kiszonych 100g kompot z jabłek 200ml
16.10.2025	Chleb słonecznikowy(1) 60g z masłem 10g(7), ser żółty(7) 20g, kakao na mleku(7) 250ml, szczypior, papryka	Śliwka 80g, Słomka ptysiowa(1,3) 50g	Zupa: kartoflanka 250g na wywarze warzywnym(9) II danie: kasza jęczmienna(1) 100g, schab w sosie 100g, surówka z selera z żurawiną i jogurtem(7)100g kompot wieloowocowy 200ml
17.10.2025	Chleb pełnoziarnisty(1) 60g z masłem 10g(7), tuńczyk(4) ze szczypiorkiem 20g , kawa na mleku(7) 250ml ,szczypiorek,	Jabłko 80g Jogurt pitny(7) 230ml	Zupa: barszcz czerwony zabelany(7) 250g, na wywarze warzywnym(9) II dania: łazanki z młodą kapustą i kielbaską(1,3) Kompot malinowy 200ml
20.10.2025	Chleb pszenno żytni(1) 60g, z masłem(7) 10g, płatki kukurydziane na mleku(7) 200 ml, ogórek zielony, szczypiorek	Banan 100g Herbatniki(1,3) 20g	Zupa; ogórkowa z ziemniakami zabelana(7) 250 g na wywarze warzywnym(9) II danie: ziemniaki 100g, jajko(3) w sosie chrzanowym 100g, surówka z kiszonej kapusty 100g kompot truskawkowy 200ml

21.10.2025	Chleb orkiszowy 60g (1) z masłem 10g (7), miód, mleko(7) 250ml, plasterki papryki i pomidora	Mus owocowy 100g Chrupki kukurydziane 80g	Zupa: rosół z makaronem (1,3) 250g II danie: ziemniaki 100g, potrawka z kurczaka 100g (7), marchewka z groszkiem 100g kompot z owoców leśnych 200ml
22.10.2025	Chleb wieloziarnisty(1) 60g, z masłem 10g, kielbasą żywiecką(10) kakao na mleku(7) 250ml, pomidor, ogórek, szczypiorek	Babka drożdżowa(1,3,7) 40g Soczek Kubuś 200ml	Zupa: z fasolki szparagowej ziemniakami zabelana(7) 250g na wywarze warzywnym(9) II danie: kluseczki leniwe z maselkiem i bułeczką tartą(1,3,7) 200g, surówka z marchewki z jabłkiem 100g kompot wieloowocowy 200ml
23.10.2025	Chleb słonecznikowy(1) 60g z masłem 10g(7), twaróg(7) ze szczypiorkiem 20g, kawa na mleku (7) 250ml, papryka, ogórek	Winogrono 80g Jogurt Bakuś(7) 100g	Zupa: selerowa z ryżem 250g na wywarze warzywnym (9) II danie: ziemniaki 100g, kotlet mielony(1,3) 150g, surówka z buraczków 100g kompot truskawkowy 200ml
24.10.2025	Chleb pszenno żytni(1) 60g, z masłem(7) 10g, pasta jajeczna(3) ze szczypiorkiem, kakao na mleku(7) 250ml, pomidor	Nektarynka 80g Deserek Mikuś 25g	Zupa: pomidorowa z makaronem(1,3) zabelana(7) 250g na wywarze warzywnym(9) II danie: ziemniaki 100g, paluszki rybne 100g, surówka z czerwonej kapusty 100g kompot z owoców 200ml

W dokumentacji przedszkolnej znajduje się raport żywieniowy z każdego dnia w okresie dekadowym –
dotyczy wykazu składników alergennych

Wykaz produktów wywołujących reakcje alergiczne lub reakcje nietolerancji pokarmowej

- (1) zboża zawierające gluten tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz
- (2) skorupiaki i produkty pochodne
- (3) jaja i produkty pochodne
- (4) ryby i produkty pochodne
- (5) orzeszki ziemne
- (6) soja i pochodne z wyjątkiem oleju i tłuszczu sojowego
- (7) mleko i produkty pochodne
- (8) orzechy tj.: orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, pistacje
- (9) seler i produkty pochodne
- (10) gorczyca i produkty pochodne
- (11) nasiona sezamu i produkty pochodne)
- (12) dwutlenek siarki
- (13) łubin i produkty pochodne
- (14) mięczaki i produkty pochodne

