



Jadłospis dla ZSP nr 8 w Gliwicach, oddział przedszkolny

2026, Tydzień T04

		alergeny	razem.	kcal
Poniedziałek 19.01.2026				1161
Śniadanie	bułka maślana (40g) z masłem (10g) dżem wisniowy (30g) kakao (200ml)	gluten, jaja, mleko mleko mleko		417
Obiad	zupa kalafiorowa z ziemniakami (250ml) gulasz z piersi kurczaka w sosie słodko-kwaśnym (130g), ryż gotowany (120g) kompot owocowy (150ml)	seler, mleko		587
Podwieczorek	jogurt brzoskwiniowy (150g) herbata owocowa (200ml)	mleko		157
Wtorek 20.01.2026				844
Śniadanie	chleb słonecznikowy (40g) z masłem (10g) wędlina szynkowa (40g), miks warzyw (20g) herbata owocowa (200ml)	gluten mleko		259
Obiad	zupa soczewicowa z ziemniakami i mięsem (250ml) racuchy z musem jabłkowym (2szt + 70g) woda z cytryną (150ml)	seler jaja, gluten, mleko		398
Podwieczorek	kisiel owocowy (150g) kompot owocowy (200ml)			187
Środa 21.01.2026				996
Śniadanie	chleb pszenno-żytni (40g) z masłem (10g) twarożek z papryką (40g), miks warzyw (20g) herbata z cytryną (200ml)	gluten mleko		236
Obiad	zupa grysikowa z zieloną pietruszką (250ml) pulpet wieprzowy (70g), ziemniaki gotowane (120g), buraczki kompot owocowy (150ml)	gluten gluten, jaja		591
Podwieczorek	banan (1szt), ciasteczko owsiane (1szt) herbata owocowa (200ml)	soja		169
Czwartek 22.01.2026				1034
Śniadanie	chleb graham (40g) z masłem (10g) ser żółty (40g), miks warzyw (20g) herbata owocowa (200ml)	gluten mleko		337
Obiad	barszcz ukraiński (250ml) leczo z kiełbasą i warzywami (120g), kasza jęczmienna (120g) kompot owocowy (150ml)	mleko gluten		600
Podwieczorek	kefir waniliowy (150g), paluch kukurydziany (1szt) herbata z cytryną (200ml)	mleko		97
Piątek 23.01.2026				1441
Śniadanie	bułka z ziarnami (40g) z masłem (10g) pasta jajeczna z tuńczykiem i szczypiorkiem (30g), miks warzyw (20g) herbata z cytryną (200ml)	gluten mleko, jaja		250
Obiad	zupa pieczarkowa z zacierką (250ml) makaron ze szpinakiem i mięsem (250g) kompot owocowy (150ml)	mleko, gluten, jaja		922
Podwieczorek	muffinka marchewkowa (1szt), mleko (150ml) herbata owocowa (200ml)	gluten, jaja, mleko		269



Catering Twoje Zdrowko realizowany przez Kid Cater Sp. z o.o.

Zakład w Gliwicach, ul. Orłąt Śląskich 25

Jadłospis opracował dietetyk firmy KID CATER Sp. z o.o.

