



Jadłospis dla ZSP nr 8 w Gliwicach, oddział przedszkolny

2026, Tydzień 14

		<i>alergeny</i>		<i>kcal</i>
Poniedziałek 30.03.2026		<i>razem:</i>		1248
Śniadanie	chałka (50g) z masłem (10g) dżem wiśniowy (30g) kakao (200ml)	mleko, jaja, gluten mleko mleko		416
Obiad	zupa kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami i mięsem (250ml) gulasz warzywny z soczewicą i kaszą jęczmienną (250g) kompot owocowy (200ml)	seler gluten		727
Podwieczorek	kisiel wieloowocowy (150g), paluch kukurydziany (1szt) herbata z cytryną (200ml)			105
Wtorek 31.03.2026		<i>razem:</i>		1078
Śniadanie	chleb słonecznikowy (50g) z masłem (10g) serek wiejski z papryką (40g), miks warzyw (20g) herbata owocowa (200ml)	gluten mleko		238
Obiad	zupa krem z zielonego groszku z grzankami (250ml) risotto z kurczakiem i warzywami (250g) woda z cytryną (200ml)	gluten		696
Podwieczorek	jabłko (1szt), wafel ryżowy (1szt) herbata z cytryną (200ml)			144
Środa 01.04.2026		<i>razem:</i>		1081
Śniadanie	chleb graham (50g) z masłem (10g) wędlina drobiowa (40g), miks warzyw (20g) herbata z cytryną (200ml)	gluten mleko		250
Obiad	zupa ziemniaczana z koperkiem (250ml) kotlet z piersi kurczaka (90g), ziemniaki gotowane (120g), surówka deserowa z marchewki (70g) kompot owocowy (200ml)	mleko gluten, jaja ,mleko		663
Podwieczorek	chleb pszenno-żytni (25g), z masłem (5g), ser żółty, miks warzyw (20g+20g) herbata owocowa (200ml)	gluten ,mleko		168
Czwartek 02.04.2026		<i>razem:</i>		1302
Śniadanie	chleb pszenno-żytni (50g) z masłem (10g) pasta mięsna z suszonymi pomidorami (40g), miks warzyw (20g) herbata owocowa (200ml)	gluten mleko		337
Obiad	zupa pomidorowa z ryżem i zieloną pietruszką (250ml) leczo z warzywami i kiełbaską (100g), makaron świderki (150g) kompot owocowy (200ml)	mleko, seler gluten, soja		621
Podwieczorek	ciasto shrek (1szt), 0 (0), 0 (0) mleko (200ml)	gluten, jaja mleko		344
Piątek 03.04.2026		<i>razem:</i>		1087
Śniadanie	bułka z ziarnami (50g) z masłem (10g) pasta jajeczna z tuńczykiem i szczypiorkiem (40g), miks warzyw (20g) herbata z cytryną (200ml)	gluten mleko ,jaja, ryby		291
Obiad	zupa soczewicowa z ziemniakami i mięskiem (250ml) racuchy z musem jabłkowym (2szt+70g) kompot owocowy (200ml)	seler gluten, jaja		638
Podwieczorek	serek brzoskwiniowy (150g) herbata z cytryną (200ml)	mleko		158



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.

