



Jadłospis dla ZSP nr 8 w Gliwicach, oddział przedszkolny

2026, Tydzień 19

		<i>alergeny</i>		<i>kcal</i>
Poniedziałek 04.05.2026		<i>razem:</i>		1439
Śniadanie	owsianka na mleku (200g) bułka maślana (50g) z masłem (10g), dżem wiśniowy (30g) herbata z cytryną (200ml)	mleko gluten, jaja, mleko	 	503
Obiad	zupa jarzynowa z ryżem (250ml) makaron penne z sosem bolońskim i tartym serem (130g+120g) kompot owocowy (200ml)	mleko, seler gluten, mleko	 	785
Podwieczorek	banan (1szt), biszkopt (1szt) herbata z cytryną (200ml)	jaja, gluten		151
Wtorek 05.05.2026		<i>razem:</i>		886
Śniadanie	chleb pszenno-żytni (50g) z masłem (10g) wędlina wieprzowa (40g), miks warzyw (20g) herbata owocowa (200ml)	gluten mleko	 	252
Obiad	zupa brokułowa z zacierką (250ml) kasza pęczak z gulaszem warzywnym (250g) woda z cytryną (200ml)	seler, gluten, jaja gluten	 	502
Podwieczorek	chleb słonecznikowy (25g), z masłem (5g), twarożek kanapkowy, mix warzyw (20g) herbata z cytryną (200ml)	gluten ,mleko		132
Środa 06.05.2026		<i>razem:</i>		1043
Śniadanie	chleb słonecznikowy (50g) z masłem (10g) pasta twarogowa ze szczypiorkiem (40g), miks warzyw (20g) herbata z cytryną (200ml)	gluten mleko	 	241
Obiad	zupa grysikowa z natką pietruszki (250ml) buchty z polewą jogurtowo-truskawkową (2szt+50g) kompot owocowy (200ml)	gluten, seler gluten, mleko, jaja	 	705
Podwieczorek	kefir naturalny (150g), paluch kukurydziany (1szt) herbata owocowa (200ml)			97
Czwartek 07.05.2026		<i>razem:</i>		1135
Śniadanie	chleb graham (50g) z masłem (10g) pasta mięsna z suszonymi pomidorami (40g), miks warzyw (20g) herbata owocowa (200ml)	gluten mleko	 	327
Obiad	zupa kalafiorowa z ziemniakami i koperkiem (250ml) pulpet w sosie pieczarkowym (90g), kasza jęczmienna (120g), buraczki kompot owocowy (200ml)	mleko gluten, jaja, mleko	 	712
Podwieczorek	kisiel owocowy (150g) herbata z cytryną (200ml)			96
Piątek 08.05.2026		<i>razem:</i>		930
Śniadanie	kajzerka (50g) z masłem (10g) pasta jajeczna ze szczypiorkiem (1szt), miks warzyw (20g) herbata z cytryną (200ml)	gluten mleko ,jaja	 	271
Obiad	zupa szpinakowa z ziemniakami (250ml) paluszki rybne z fileta (2szt), ziemniaki gotowane (120g), surówka colesław (70g) kompot owocowy (200ml)	mleko ryby, gluten ,mleko, jaja	 	547
Podwieczorek	ciasteczka owsiane z bananem (20g) mleko (200ml)	mleko		112



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.

