



Jadłospis dla ZSP nr 8 w Gliwicach, oddział przedszkolny

2026, Tydzień 20

		<i>alergeny</i>		<i>kcal</i>
Poniedziałek	11.05.2026	<i>razem:</i>		1247
Śniadanie	chałka (50g) z masłem (10g) dżem truskawkowy (30g) kakao (200ml)	mleko, jaja, gluten mleko mleko	 	416
Obiad	zupa ogórkowa z ryżem i mięskiem (250ml) bigos (250g), ziemniaki gotowane w całości (120g) kompot owocowy (200ml)	mleko	 	693
Podwieczorek	koktajl brzoskwińowo-porzeczkowy na jogurcie (150g) herbata z cytryną (200ml)	mleko		138
Wtorek	12.05.2026	<i>razem:</i>		1308
Śniadanie	chleb słonecznikowy (50g) z masłem (10g) ser żółty (40g), miks warzyw (20g) herbata owocowa (200ml)	gluten mleko	 	333
Obiad	zupa soczewicowa z ziemniakami i mięskiem (250ml) makaron ze szpinakiem (250g) woda z cytryną (200ml)	seler gluten	 	837
Podwieczorek	chleb pszenno-żytni (25g), z masłem (5g), wędlina szynkowa, mix warzyw (20g+20g) herbata z cytryną (200ml)	gluten ,mleko	 	138
Środa	13.05.2026	<i>razem:</i>		1042
Śniadanie	chleb graham (50g) z masłem (10g) serek wiejski z papryką (40g), miks warzyw (20g) herbata z cytryną (200ml)	gluten mleko	 	238
Obiad	zupa koperkowa z zacierką (250ml) nuggetsy drobiowe (90g), ziemniaki gotowane (120g), surówka deserowa z marchewki (70g) kompot owocowy (200ml)	mleko, jaja, gluten gluten, jaja ,mleko	 	660
Podwieczorek	jabłko (1szt), wafel ryżowy (1szt), 0 (0) herbata owocowa (200ml)			144
Czwartek	14.05.2026	<i>razem:</i>		1251
Śniadanie	chleb graham (50g) z masłem (10g) pieczeń rzymska (40g), miks warzyw (20g) herbata owocowa (200ml)	gluten mleko ,jaja, gluten	 	277
Obiad	zupa szczawiowa z jajkiem (250ml) kluski leniwe z masłem i cukrem (250g) kompot owocowy (200ml)	mleko, jaja jaja, gluten, mleko	 	864
Podwieczorek	ptasie mleczko zielone (1szt) herbata z cytryną (200ml)	mleko		110
Piątek	15.05.2026	<i>razem:</i>		1199
Śniadanie	kajzerka (50g) z masłem (10g) paprykarz (40g), miks warzyw (20g) herbata z cytryną (200ml)	gluten mleko ,ryby	 	252
Obiad	krem z zielonych warzyw z grzankami (250ml) makaron w sosie neapolitańskim z pieczarkami i tartym serem (130g+120g) kompot owocowy (200ml)	seler, gluten gluten, mleko	 	792
Podwieczorek	muffinka waniliowa (1szt) mleko (200ml)	gluten, jaja mleko	 	155



Catering Twoje Zdrówko 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.

